

# UFLO

## UNIVERSIDAD DE FLORES

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

FACULTAD DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

Carrera: Ciclo de licenciatura en Actividad Física y Deporte

Modalidad: Distancia

Materia: Trabajo de Investigación

Año: 2017

Título:

**La motivación de los/as estudiantes de Educación Física del Nivel Medio de un colegio público de Córdoba Capital y su intención de ser físicamente activos/as.**

Estudiante: LUTRI ROXANA MARICEL

Legajo: 13985

Correo electrónico: roxanalutri98@gmail.com

Tutora: VALERIA GÓMEZ

# Índice

Resumen .....	1
Palabras clave: .....	1
1. Primera Parte: Delimitación conceptual del objeto de estudio. ....	2
1.1 Área temática, rama y especialidad .....	2
Área temática: Educación Física / Psicología .....	2
Rama: Educación Física de nivel medio / Psicología cognitiva-educacional .....	2
1.2. <i>Tema y Subtema</i> .....	2
1.3 Introducción.....	2
1.4. Problema.....	3
1.5. Relevancia cognitiva .....	4
1.6 - Marco Teórico.....	13
1.6.1 - Capítulo 1: La educación física en el colegio secundario .....	13
1.6.1.1 - Un poco de historia.....	13
1.6.1.2 - El ejercicio reforzó la educación física en la escuela .....	16
1.6.1.3 - Movimiento corporal y un cruce de culturas .....	19
1.6.2 Capítulo 2: Motivación de los estudiantes en la clase de educación física de nivel medio .....	22
1.6.2.1 - Orientación Motivacional .....	22
1.6.2.2- Motivación intrínseca.....	26
1.6.2.3 - Flow .....	31
1.6.2.4. - Intención futura de práctica de actividad física .....	34
1.7. Objetivos .....	36
Objetivos Generales .....	36
Objetivos Específicos .....	36
2.- Segunda Parte: Material y Método.....	37
2.1. Tipo de diseño .....	37
2.2. Diseño de objeto: Sistema de matriz de datos .....	38
2.3 Fuentes de datos .....	54
2.4. Población y muestra .....	59
2.4.1 Distribución general de genero varón y mujer.....	61
2.4.2 Distribución de cantidad total de género por año. ....	61
2.5. Instrumento para la producción de datos .....	61
2.6. Plan de actividad en contexto .....	64
2.7. Plan de tratamiento y análisis de datos .....	66
<b>2.7.1. Construcción de índices sumatorios de variables complejas</b> .....	67
2.7.2 Nivel de Orientación motivacional a la tarea .....	67
2.7.3 Nivel de orientación motivacional hacia el ego .....	68
2.7.4 Nivel de Flow .....	69
2.7.5 Nivel de intención de futura práctica de actividad física-deportiva.....	73
2.7.6 Nivel de motivación intrínseca .....	74

2.7.7. Análisis estadístico de cada variable.....	74
2.7.8. Ilustración de los resultados con gráficos descriptivos .....	75
2.7.9. Análisis de relación de variables .....	75
3. Tercera Parte: Análisis y conclusiones .....	77
3.1. Exposición de Resultados .....	77
<b>3.1.1. Variables de Base.....</b>	<b>77</b>
3.1.2.-Variables complejas .....	84
3.2. Análisis e interpretación de los datos .....	110
3.3. Conclusiones y sugerencias .....	116
3.4. Discusión.....	118
4. ANEXOS.....	121
4.1. Anexo 1: cuestionario Q1_A.....	121
4.2. Anexo 2: Procedimiento de Administración del Cuestionario.....	125
4.3. Anexo 3: <i>Carta de presentación a la institución educativa</i> .....	132
4.4. Anexo 4: procedimiento para realizar pilotaje .....	133
4.5. Anexo 5: Procedimiento para completar la planilla Excel .....	136
4.6. Anexo 6: planilla de Excel con datos totales .....	137
5-Bibliografía .....	155

## **Resumen**

El objetivo de este trabajo fue describir y relacionar las variables de motivación disposicional: orientación motivacional, estado del flow, motivación intrínseca y la intención futura de práctica de la actividad física-deportiva de los/as alumnos/as de educación física de una escuela pública, de Argentina, en la provincia de Córdoba, Capital.

Se caracterizó cada variable disposicional, luego se relacionaron mediante análisis estadísticos. La muestra estuvo conformada por 115 alumnos/as de la clase de educación física, comprendió las edades entre 12 y 20 años.

Los datos obtenidos en el análisis de las variables se demostró una relación positiva entre la orientación motivacional a la tarea, el flow y la motivación intrínseca con la intención de ser físicamente activo en un futuro por parte de los/as alumnos/as de educación física de nivel secundario. Por otro lado, la variable orientación motivacional al ego alcanzó el valor medio.

### **Palabras clave:**

Educación física- Orientación motivacional al ego- Orientación motivacional a la tarea- Flow - Motivación intrínseca - Intención futura de práctica de actividad física y deportiva.

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

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

**Área temática:** Educación Física / Psicología

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

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

**Tema:** La motivación en las clases de educación física del nivel secundario

**Subtema:** Las variables motivacionales en la clase de Educación Física de nivel secundario y su relación con la predisposición hacia la futura práctica de actividad física-deportiva.

### **1.3 Introducción**

En esta última instancia del cursado de la licenciatura en actividad física y deporte con orientación en deporte recreativo, se comenzó un trabajo de investigación sobre la motivación en la clase de educación física en el secundario. El estudio se realizó conjuntamente con la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y Del deporte de la Universidad Politécnica de Madrid y la Universidad del Quindío en Colombia. Este estudio, se centra en factores que están asociados con la calidad de vida y hábitos saludables que repercuten en la población, también por la cantidad de enfermedades ligadas al sedentarismo, y el abandono de la actividad física-deportiva en los adolescentes luego de haber terminado el cursado de la secundaria.

La desmotivación de los adolescentes en las escuelas de nivel medio en lo que refiere a las clases de educación física, refleja una falta de compromiso y, también, una ruptura entre las prácticas profesionales y los mismos estudiantes. Creemos que esta problemática no responde a los/as alumnos/as, sino que es una clara manifestación de la relación existente entre los docentes y el sistema educativo, demostrando la falta de dialogo entre las necesidades que demuestra la coyuntura y un sistema que no da cuenta del mismo, perdiendo entre otras cosas, el sentido de la educación física en los adolescentes que están formando su identidad.

Valoramos la instancia final de la educación secundaria dentro de la educación obligatoria y sistematizada, como un espacio para observar, estudiar y analizar en lo que respecta a la futura adherencia a la práctica físico-deportiva de la vida adulta.

Este estudio pretende conocer las variables motivacionales y relacionarlas para percibir si están disposición en los/as estudiantes de la clase de Educación Física para promover su intención futura de mantener una práctica deportiva.

La clase de educación física es el entorno fundamental para la formación de hábitos saludables y la adherencia a la práctica físico-deportiva en la vida adulta (Jiménez, 2004; Moreno y Cervelló 2007).

Otros de los propósitos de este trabajo es promover que los/as profesores/as en educación física regulen sus intervenciones desde la importancia que tiene la motivación intrínseca para los adolescentes.

También se debería generar conocimiento que contribuya a los/as profesores de educación física a innovar con el fin de poder incentivar la práctica de la actividad física-deportiva en los adolescentes, y así lograr el gusto por la misma y la posibilidad de seguir siendo físicamente activos y de esta manera aportar mejoras en la calidad de vida.

#### **1.4. Problema**

¿Qué relación existe entre la orientación motivacional, el flow y la motivación intrínseca y la intención de mantener a futuro la práctica de la actividad físico-deportiva en los estudiantes de educación física que cursan el nivel medio de una escuela pública de Argentina?

## **1.5. Relevancia cognitiva**

Este trabajo de investigación tiene aspectos relevantes para la comunidad científica; ya que posee características transformadoras. Pretende estudiar y mostrar datos significativos, recolectados a través de encuestas, con la finalidad de comprobar el comportamiento de algunas variables de la motivación en la clase de educación física del nivel medio de una escuela pública en la Ciudad de Córdoba Capital.

Existe una vacancia de antecedentes en cuanto al contenido en lo que respecta al abordaje de las variables disposicionales que se tuvieron en cuenta en este estudio, orientación a la tarea, orientación al ego, flow, motivación intrínseca y su relación con la intención futura de la práctica de la actividad física deportiva por parte de alumnos/as del nivel secundario.

Uno de los antecedentes que encontramos es un estudio realizado por Cervelló Escartí y Balague (1999), se estudió la relación de la orientación de meta disposicional y la satisfacción con los resultados deportivos, las creencias sobre las causas de éxito en los deportes y la diversión con la práctica deportiva, en deportistas de atletismo y tenis, las edades que abarcaron fue entre 14 a 18 años, se les administraron cuestionarios para conseguir información necesaria. Las respuestas se presentaron en una escala de tipo Likert con rangos que van desde el 0 (cero) totalmente en desacuerdo, al 100 (cien) totalmente de acuerdo. En el análisis de las variables se utilizaron los siguientes instrumentos:

Cuestionario de Percepción de Éxito, el POSQ (Roberts y Balagué 1989, 1991; Roberts, Treasure y Balagué, 1998 en Cervelló, Escartí y Balagué, 1999), para medir la Orientación disposicional de las metas de logro en los contextos deportivos. Consta de 12 ítems, 6 miden la Orientación de meta disposicional a la Tarea y 6 la Orientación de meta disposicional al Ego. Este instrumento empleado fue una versión anterior al utilizado para nuestro trabajo de campo, a las clases de educación física. Este trabajo se asimila con el nuestro, en los instrumentos e ítems para la recolección de datos de las variables orientación motivacional a la tarea y orientación motivacional al ego, a diferencia de que los ítems de nuestro estudio fueron 16 (8 orientación a la tarea y 8 a la orientación al ego) unas de las cosas significativas que apporto para nuestro trabajo es los conceptos de la implicancia de la teoría de las metas Nicholls (1989). Este

antecedente afirma que deberían hacerse otras investigaciones que no sean específicamente en el deporte, es por eso lo relevante de nuestra investigación que aporta información de la orientación motivacional desde la etapa adolescentes en la clase de educación física.

En otro estudio encontrado realizado por Méndez-Giménez, Fernández-Río, Cecchini Estrada y González-González de Mesa (2013) sobre los perfiles motivacionales y sus consecuencias en Educación Física desde la perspectiva teórica de la teoría de la autodeterminación y de las metas de logro, esto va en relación con nuestro trabajo porque utilizamos este marco de referencia en nuestro marco conceptual. En la investigación citada participan estudiantes de secundaria de ambos sexos, en una franja de edad entre los 14 y 19 años, de similitud en el rango de edad de las muestras. Las variables de estudio analizadas son las metas de aproximación al rendimiento, las metas de aproximación a la maestría, las metas de evitación del rendimiento, las metas de evitación de la maestría, la relación social, la competencia percibida, la desmotivación, el esfuerzo, el aburrimiento y las intenciones de práctica futura. Para el análisis de las variables se utilizaron instrumentos tales como:

Escala de meta 2x2. Se utilizó el cuestionario de meta de logro 2x2 (AGS PE) adaptado a la EF por Guan et al. (2006).

Escala de locus percibido de causalidad (PLOC), para medir diferentes tipos de motivación postulados por la TAD (motivación intrínseca, regulación identificada, introyectada y externa, y desmotivación) por Goudas, Biddle y Fox (1994).

Subescala de competencia del inventario de Motivación Intrínseca (IMI) de McAuley, Duncan y Tammen (1999), Para medir las percepciones de competencia. Relatedness, para medir la relación social en la clase de EF, creada por Ntoumanis, (2001).

Escala de persistencia y esfuerzo, para evaluar los constructos de persistencia y esfuerzo. Se utilizó la versión traducida al español de la escala de Guan et al. (2006).

El aburrimiento se evaluó mediante la herramienta de 3 ítems desarrollada por Duda, Fox, Biddle y Armstrong (1992) para medir las respuestas afectivas de los niños en la actividad física.

La intención de practicar deportes en un futuro fue medida mediante un único ítem elaborado por Ntoumanis, (2001).

Para los instrumentos mencionados, se utilizó la escala Likert de 5 puntos, extendiéndose desde totalmente en desacuerdo (1) a totalmente de acuerdo (5). El análisis de los datos de tal estudio perfiles motivacionales: “Metas de maestrías”, “Metas de logro altas”, “Metas de rendimientos”, y “Metas de logro bajas”, logrando el grupo “metas de logro altas” ser el más autodeterminada, y el grupo “metas de rendimiento” logro ser el que más desadaptado.

Este trabajo citado es importante para nuestra investigación ya que se utilizó las mismas escalas de valoración y tuvo un alto grado de significancia, con nuestro instrumento de recolección de datos. Y como ya se nombró anteriormente tiene un grado de importancia por el aporte que nos brindó, sobre las teorías de la meta de logro para nuestro marco teórico y sobre la teoría de la autodeterminación, que puede ser caracterizada como motivación intrínseca, extrínseca o desmotivación (Deci y Ryan 1985; 1991).

En un estudio realizado por Cecchini, González, López Prado, y Brustad, (2005) acerca de la relación del clima motivacional percibido con la orientación de meta, la motivación intrínseca y las opiniones y conductas de fair play, en deportistas cadetes de la división de la liga española de futbol. Difiere con nuestro trabajo porque es un ámbito extra escolar y se conceptualizo el clima motivacional y el fair play. En dicho trabajo se obtuvo como resultados que las percepciones de un clima de maestría fueron asociadas positivamente a la orientación a la tarea, la diversión, el esfuerzo, la competencia percibida, las opiniones de divertimento y los comportamientos positivos de fair play y negativamente a la ansiedad. El clima de ejecución fue positivamente relacionado al ego, la ansiedad, las opiniones de juego duro y búsqueda de la victoria, con las faltas y conductas anti- fair play. Por último, el clima de ejecución surgió como la variable que predice tanto las opiniones como las conductas anti- fair play. Las variables que se tuvieron en cuenta para analizar fueron el clima motivacional, orientación motivacional, motivación intrínseca, las opiniones sobre fair play y los comportamientos de fair play. La muestra estaba conformada por 82 deportistas varones con edades comprendidas entre los 14 y 16 años, pertenecientes a la liga española de futbol. Se utilizaron cuestionarios y se realizaron observaciones de partidos de futbol. Se utilizaron instrumentos como:

Cuestionario 2 del clima motivacional percibido en el deporte (*PMCSQ-2*), de Newton y Duda (1998), utilizado para medir las percepciones del clima motivacional. El mismo consta de 33 reactivos.

Cuestionario de percepción de éxito (POSQ), elaborado por Roberts y Balagué (1989, 1991), utilizado para evaluar las disposiciones de meta de logro personal. El mismo contiene 12 reactivos, 6 de implicancia en la tarea y 6 de implicancia al ego.

Cuestionario de diversión de los sujetos con la práctica deportiva (CDPD), elaborado por Duda y Nicholls (1992), y el Test de motivación de logro en Educación Física (MEF), elaborado por Nishida (1988), ambos cuestionario utilizados para medir la motivación intrínseca.

Test de motivación de logro en Educación Física (MEF), elaborado por Nishida (1988) y adaptado al español por Ruiz, Graupera & Gutierrez (2000), utilizado para medir el compromiso y la entrega personal, la competencia motriz percibida, la ansiedad ante el error y las situaciones que producen estrés en las sesiones de entrenamiento.

Escalas de actitudes de fair play (EAF), utilizado para evaluar las opiniones y las actitudes sobre el fair play en el fútbol. Este estudio va en congruencia con nuestro trabajo ya que se apoya en las teorías conceptuales de orientación motivacional a la tarea, al ego, y la motivación intrínseca.

La mayoría de estos métodos e instrumentos tienen un gran valor y similitud con los que hemos utilizado en la teoría y metodología de nuestro trabajo y es por ello que resultan de gran significancia para nuestra investigación. Otra importancia que tiene este antecedente es que habla de la teoría de las metas y la motivación intrínseca como base teórica para nuestro trabajo. La teoría de las metas se toma como un marco viable para comprender la motivación en el contexto de la actividad física siendo importante el aporte que da a nuestro trabajo estas teorías, y la diferencia es que nosotros nos basamos en la recolección de datos para poder analizar el constructo de la motivación de los/as adolescente en la clase de educación física.

Este estudio que se toma como referencia tiene otra de las variables el clima motivacional, porque examina cómo la estructura del ambiente puede hacer más o menos probable el logro de las metas, hablando de los deportistas en cambio, nuestra investigación analizó los datos para poder relacionar, lo percibido por

el/la estudiante en la clase de educación física, para conocer si tienen la intención futura de ser físicamente activo en actividad física-deportiva.

Otro de los estudios, por Moreno, J.A. Moreno, R. y Cervelló (2007) acerca del autoconcepto físico como predictor de la intención de ser físicamente activo, se llevó a cabo con estudiantes del nivel secundario de Educación de física de ambos sexo con una muestra de 988 participantes, de los cuales fueron 432 fueron varones y 556 mujeres. De ellos, 604 practicaban alguna actividad físico-deportiva, no así el resto (384) abarcaban edades de 15 y 17 años. Se administró un cuestionario, el cual respondía a una escala del tipo Likert que varía de acuerdo al instrumento utilizado. El análisis de las variables se utilizaron instrumentos como:

Escala de autoconcepto físico (PSPF) (PSQ), adaptada al español por Moreno y Cervelló (2005). El instrumento posee 30 ítems distribuidos en 5 factores: competencia percibida, apariencia física, condición física, fuerza física y autoestima, pudiendo ser utilizado en distintos contextos y edades. El mismo posee respuestas que se expresan en una escala de tipo Likert, que oscila de (1) totalmente en desacuerdo a (4) (totalmente de acuerdo).

Medida de la intencionalidad para ser físicamente activo (MIFA), versión adaptada de Hein y coll. (2004), mide la intención del sujeto de ser físicamente activo tras su paso por las diversas instituciones educativas. El mismo posee respuestas que se expresan en una escala de tipo Likert, que oscila de (1) totalmente en desacuerdo a (5) totalmente de acuerdo.

Una de la similitudes que se tiene con dicho estudio es que se trabaja con la misma escala Likert, se utilizó la versión adaptada de la intención para ser físicamente activo de Hein y Cols, (2004) con 5 (cinco) preguntas y es una de las variables de nuestro estudio, que se utilizó en la encuesta para obtener datos de los/as alumnos/as del secundario.

Todo lo otro que describe este antecedente es importante a tener en cuenta, sin embargo para nuestro trabajo no es relevante ya que no estudiamos el autoconcepto y autoestima orientada a la actividad física de los/as adolescentes de la escuela secundaria.

El trabajo realizado por Hernández Díaz, (2008) acerca del efecto de la Educación Física en la motivación del estudiante hacia la actividad física, se obtuvo como resultado que la misma es muy importante en la motivación del

alumno/a hacia la realización de actividad física de forma voluntaria e intrínseca. En un segundo punto la importancia de la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas; autonomía, competencia y relación social para motivar al estudiante a realizar actividad física. Por otro lado, el apoyo hacia la autonomía del alumno/a por parte del maestro también es crucial para que el/la alumno/a sienta agrado hacia las actividades que se realizan dentro de la clase. Hubo una muestra compuesta por estudiantes de 11 a 18 años, que participaban en la clase de educación física, fue coincidencia con nuestro estudio, también las edades de los/as estudiantes que son de una escuela secundaria que se involucraron en la muestra y fue en el campo de la materia en educación física. Se utilizaron varios cuestionarios que median diferentes puntos, tales como la autodeterminación, la función del maestro y su influencia en el estudiante, la motivación del estudiante hacia la educación física. Fue un aporte importante para nuestra investigación por los conceptos teóricos que nos brindó a nuestro marco conceptual. La disimilitud es que nosotros no estudiábamos características del docente y tampoco como se influencia con el/la alumna. Lo novedoso de nuestro trabajo es analizar y caracterizar las variables motivacionales y relacionarlas para poder percibir la disposición del/a estudiante en la educación física para un futuro de actividad – deportiva

En otro estudio realizado por Moreno y Martínez, (2006) acerca de la TAD en la práctica físico deportiva se obtiene que la motivación autodeterminada se la relaciona altamente con la motivación intrínseca. En el caso de la motivación extrínseca, esta favorece conductas no autodeterminadas, caracterizadas por la falta de motivación. El autor propone como instrumento de medida de la TAD en la actividad física y el deporte, la Escala de motivación deportiva (Sport Motivation Scale, SMS) de Pelletier y Coll. (1995). La misma consta de siete subescalas que miden los tres tipos de motivación intrínseca, las tres formas de motivación extrínseca y la desmotivación. Consta de 28 ítems y se presenta con una escala tipo Likert de 1 a 7 puntos. Se ha utilizado en investigaciones acerca de los aspectos motivacionales tanto en el deporte de competición como en la Educación Física. Para medir la motivación autodeterminada en el ejercicio físico, el autor propone el cuestionario para medir la regulación de la conducta en el ejercicio (Behavioral Regulation in Exercise Questionnaire-2, BREQ-2). El mismo consta de 19 ítems, utilizando una escala tipo Likert de 5 puntos donde

(0) nada verdadero para mí y (4) totalmente verdadero para mí. Las implicaciones prácticas en el ámbito de la práctica físico-deportiva sugieren la conveniencia de desarrollar estrategias para desarrollar la motivación intrínseca y sus formas de regulación. Este estudio lo que difiere con el nuestro que fue realizado en un ámbito extra escolar, su teoría principal es la Teoría de la Autodeterminación, la cual utilizamos en nuestra investigación como apoyo en el marco teórico de la motivación intrínseca.

El siguiente estudio encontrado realizado por Cuevas, García-Calvo y Contreras, (2013) en el cual determino los perfiles motivacionales de estudiantes de educación física a través del análisis de las orientaciones a meta 2x2, así como las percepciones del clima motivacional en función de dichos perfiles, y las diferencias por género. Los resultados obtenidos indicaron una mayor orientación a la tarea y un mayor clima a la tarea por parte de las mujeres. Se obtuvieron cuatro perfiles en el análisis de conglomerados: un perfil con altas metas de logro, otro con metas moderadas, un tercer perfil con metas bajas, y un cuarto perfil caracterizado por altas metas de aproximación y maestría. El análisis revelò que los/as estudiantes del primer y cuarto perfil evidenciaban un mayor clima a la tarea. El lineamiento teórico estuvo compuesto por la teoría de las Metas de Logro (Nicholls, 1999). La muestra estuvo conformada por 390 alumnos/as de ambos sexos entre los 14 y 16 años, los cuales debieron completar de manera voluntaria y anónima un cuestionario, que fue administrado por el investigador en la clase de educación física. Se utilizaron instrumentos tales como:

Cuestionario de metas de logro 2x2, para medir la orientación a meta 2x2 en la clase de educación física, siendo el original desarrollado por Elliot y McGregor (2001). Se utilizó la versión en castellano de Moreno, González- Cutre y Sicilia (2008) de la adaptación a la educación física de Guan, Xiang, McBride y Bruene (2006) y Wang, Biddle y Elliot (2007) del. Las respuestas se obtenían con una escala que va desde (1) “nada de acuerdo” hasta (5) “totalmente de acuerdo”. Learning and Performance Orientations in Physical Education (LAPOPECQ), de Cervelló y Jiménez (2002), para medir la percepción que los/as alumnos/as tenían del clima motivacional. Las respuestas se obtenían con una escala que va desde (1) nada de acuerdo, hasta (5) totalmente de acuerdo.

Si bien la muestra utilizada en este estudio tiene poca relación con nuestra investigación, porque es escueta la franja de edades que conformaba era de 14 y 16 años, el lineamiento teórico conceptual utilizado fue de gran importancia para nuestro estudio al igual que los resultados. Así mismo, la administración del instrumento por parte del investigador también tiene relación con nuestro estudio.

También se encontró con relación a la variable flow, un estudio realizado por Camacho (2011) acerca de una revisión teórica de concepto de flow, de su definición, su estructura conceptual, sus tipos y componentes, y la relación que el mismo tiene con el locus de control, concluye en que las personas cuando entran en estado de flujo, las mismas poseen herramientas adecuadas para enfrentar los retos, los cuales no pueden ser muy superiores a la capacidad de los individuos. Así mismo, tampoco pueden ser muy inferiores, debido a que los sujetos entrarían en un estado de aburrimiento y desmotivación. En su informe, menciona las nueve dimensiones presentes en el flow, las que son de suma importancia para nuestro marco teórico de investigación. Con relación a esto, hay una relación directa principalmente con las teoría de la motivación intrínseca, una de las variables de nuestro informe. Por otro lado hace una mención a los diferentes instrumentos utilizados para medir el flow, por los cuales se encuentra la Escala de Disposición al Flow (DFS), las cuales abarcan los 9 factores del flow.

Los factores que se tienen en cuenta nuestro estudio científico aportan una información muy significativo sobre las variables de nuestro estudio, también las muestras utilizada es similar ya que son varones y mujeres de las mismas línea de edades.

Existe una vacancia de antecedentes en cuanto al contenido en lo que respecta al abordaje de las variables, orientación a la tarea, orientación al ego, flow, motivación intrínseca y su relación con la intención futura de la práctica de la actividad física deportiva por parte de alumnos/as del nivel secundario. Ya que en ningún antecedente hemos podido encontrar un estudio que relacione todas las variables disposicionales que abordamos en este trabajo, coincidimos con los marcos teóricos de la teoría de metas de logro, teoría de la autodeterminación y Estado de Flow, como hemos descripto anteriormente.

Este trabajo es relevante para la escuela y el entorno donde fue realizado nuestro estudio, ya que los resultados que obtuvimos sirven para comparar con otros trabajos de investigación y sirven para dejar precedentes para futuros trabajos de similares características

## **1.6 - Marco Teórico**

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

Este capítulo se divide en tres apartados:

El primero habla de la historia de la educación física en el proceso de escolarización.

En el segundo apartado se habla de la transición de la gimnasia a los juegos y deportes porque este cambio pasa a ser muy significativo para el desarrollo del cuerpo y el poder que ejerce éste.

En el tercer apartado se habla de la cultura como un complejo cruce de saberes en la que la escuela es la primera encargada en hacer la interacción de dichos saberes.

#### **1.6.1.1 - Un poco de historia**

En el periodo de 1880 se comienza a hablar, por primera vez, educación física donde las prácticas en la escuela se institucionalizaron regulando y normalizando el cuerpo.

Recién a finales del s. XIX, efecto de la Revolución Industrial, en Australia y Gran Bretaña se introdujo la escolarización obligatoria para las masas. Así, Hamilton (1990) en su libro *Learning About Education*, realiza una analogía entre las fábricas y las escuelas, ya que mientras las primeras elaboran lotes de productos, las segundas con múltiples docentes y aulas producen lotes de niños (kirk, 2007, pág. 40).

El primer imperativo era la imposición del orden social para que la escuela en sí pudiera funcionar de manera eficaz. El segundo imperativo fue la orientación a crear ciudadanos dóciles al mismo tiempo que productivos para contribuir a la bonanza de la economía y a la propagación de la raza, (en palabras de Foucault, docilidad-utilidad), estos dos imperativos como su tema principal fue la regularización y normalización del cuerpo. También sostiene que a partir de esta época la escolarización tuvo prioridad sobre el proceso más amplio de la educación, tal como decía Foucault, (1977) la educación fue la representación más formal y explícita que los gobiernos dieron para la escolarización obligatoria (kirk, 2007, pág. 47)

Esta estructura fundamental de la escuela como fue la regularización corporal y normalización del cuerpo, más o menos ha persistido en el tiempo hasta el presente. A pesar de que ha sido cuestionada la escolarización como institución. “Desde la década de 1880 hasta hoy, la escolarización no sólo ha sido política en el sentido amplio que sugiere Hamilton, reproduciendo los valores tanto seculares como religiosos, sino que ha sido en maneras muy concretas, institucionalizando prácticas que se concentran en la regularización social y en la normalización del cuerpo. Estas prácticas significaron el control de dos coordenadas fundamentales el espacio y el tiempo” (kirk, 2007, pág. 40). Estas fueron unidas en una yuxtaposición para el fin de crear escuelas de masas. Los espacios eran las aulas que tenían los/as alumnos/as para ocupar concretamente donde se debía tener ciertas conductas.

El tiempo se organizó con precisión, la jornada escolar se dividió en fracciones donde se llevaban a cabo actividades específicas y planeadas. Mientras que el horario fue instrumento que unió el espacio y el tiempo, permitiendo a la escuela un movimiento de orden, dentro y alrededor de la misma.

Según estos conceptos expresados por Kirk (2007), el cuerpo comenzó a formar parte de una institución donde se fueron normalizando las necesidades del mismo para poder adaptar los espacios y tiempos de cada momento de la escolarización, esto surge en el momento de la revolución industrial donde era necesario imponer un orden social que los cuerpos respondan a los imperativos de la escolarización que pretendían construir ciudadanos dóciles y útiles para la contribuir con la economía.

El cuerpo humano con todas sus debilidades y fortaleza se ha visto involucrado a lo largo de la historia, en innumerables conflictos y acontecimientos de carácter étnicos, religiosos, culturales, económicos y políticos; ha sido protagonista de enfrentamientos bélicos, como fueron la Primera y la Segunda guerra mundial, de acontecimientos imborrables tales como la revolución industrial, los descubrimientos científicos, etc. Todos ellos desarrollándose en la estructura política o en esa "mecánica del poder" que hasta la fecha ha predominado en todas las actividades humanas (Montúa, 2005).

En este sentido, el cuerpo, ha tenido que adaptarse a las diferentes circunstancias que las coyunturas históricas le han ido proponiendo. Ha ido

evolucionando junto al tiempo, respondiendo a sus propias necesidades, pero también, en conjunto con las necesidades colectivas.

Según Montúa (2005) existe un tipo de análisis que puede decirse que, encuentra que “en nuestras sociedades, el cuerpo es manipulado desde la infancia porque nos imponen un nombre: Carlos, José, María etc., unas creencias (litúrgicas), una educación (preescolar, primaria, secundaria, universidad etc.), nos incluyen en un estado político, al cual tenemos que someternos a su gobierno y leyes; siendo así como en la sociedad, donde se debe cumplir y acatar unas reglas, en la familia en la cual se educa a través de la disciplina para ser una persona de bien. En la calle donde es manipulado de acuerdo con su cultura (latina, americana etc.), es formado según los valores, es educado con el propósito que adquiera un saber y un poder para desenvolverse estratégicamente en las diferentes relaciones. El individuo es constantemente evaluado y corregido por otros que ejercen el poder” (s/pag).

Se puede decir entonces que, los sujetos son y deben ser educados para poder tener un comportamiento que se adecue a las normas sociales impuestas. Es decir, educado para poder convivir en una sociedad con diferentes creencias, distintas ideologías y accesos a la educación y cumplir el rol social en cualquier aspecto disciplinario. Para ello, existe una variable que el individuo puede incorporar de la mano de la educación física. Esta herramienta, es la disciplina: "La disciplina aumenta las fuerzas del cuerpo (en términos económicos de utilidad) y disminuye esas mismas fuerzas (en términos políticos de obediencia). En una palabra: disocia el poder del cuerpo; de una parte, hace de este poder una "aptitud", una "capacidad" que trata de aumentar, y cambia por otra parte la energía, la potencia que de ello podría resultar, y la convierte en una relación de sujeción estricta” (Foucault, 1992).

El cuerpo ha sido enmarcado en numerosas disciplinas que ha ido imponiendo la sociedad, con el propósito de lograr un comportamiento, en los diferentes espacios y ámbitos donde el cuerpo puede desenvolverse como sujeto disciplinario con la propia utilidad con que haya sido educado.

### **1.6.1.2 - El ejercicio reforzó la educación física en la escuela**

A mediados del siglo XX, comenzó a reemplazarse la instrucción por una nueva forma de ejercicio físico: la educación física, siendo los primordiales componentes, de éste, el deporte y los juegos. En el tránsito de la gimnástica a los juegos y deportes la situación fue muy significativa ya que marcó un desarrollo del poder corporal hacia un individuo más difuso, capacitado, interiorizado. Según Foucault (1977), “los juegos y los deportes ofrecían un poder más difuso sobre el cuerpo” (pag, 47). En contraste con las actividades “pesadas, lentas y meticulosas” (kirk, 2007, pág. 47). Las limitaciones en el espacio y tiempo de los deportes era la enseñanza necesaria para poder jugar y participar, brindado a la escuela las opciones necesarias para la regulación social y, en muchos aspectos, era aún más eficaz que la instrucción y el ejercicio.

La importancia y necesidad que había de comprender los juegos en las prácticas físicas como la formación física, los deportes y juegos era el desarrollo útil de la identidad (Kirk, 2007).

Las Lingiadas, eran pruebas muy convincentes que ofrece la gimnástica como forma de incrementar el patriotismo y la identidad nacional, esto tuvo lugar en Suecia en el siglo XX. Sin embargo había países que tenían una desconfianza a lo que era la instrucción y el ejercicio como formación física (Kirk 2007).

Después de algunos años en 1959 un educador escocés indicó que:

“El currículo en los colegios de Educación Física se hace cada vez más extenso. Esto es algo que me complace mucho poder decir, y mi único comentario sería – ¡y ya era hora! Somos británicos, por lo que no veo necesidad de pedir perdón a nadie, y somos una nación a la que le gusta practicar deportes. Siempre me ha confundido, por ejemplo, que la gimnasia a veces se veía como sinónimo a la Educación Física. La gimnasia es una parte – y una parte muy valiosa – de un tema muy extenso y, en algunos países podría ser considerada la proporción más importante del tema entero. Ya no es así en este país. Por bueno que sea un sistema, por fin ha sido reconocido la locura de adoptarlo en su totalidad sin adaptarlo a las necesidades específicas y de obligar a la gente a aceptarlo. Lo que les guste a los alemanes o a los daneses y lo que les vaya bien a sus

características nacionales, no necesariamente nos apetece a nosotros aquí. ¡Por fin somos conscientes de esto!” (Kirk, 2007).

Aquí quedan demostrados cambios muy significativos que hubo en la escuela donde se prestaba mucha importancia a lo que brindaban los juego y el deporte, estos se veían como una forma de superar conflictos sociales, algunos confirmaban que los deportes representaban un denominador en común, otros decían que la participación en deportes tenía cualidades deseables en la sociedad, esto daba la noción de la “ética de los juegos” (Kirk, 2007).

Según Mangan (1983), “La suscripción a la creencia de que las cualidades importantes, expresivas e instrumentales, pueden ser promocionadas por los juegos de equipo (en particular la lealtad, el autocontrol, la perseverancia, el juego limpio y el coraje, tanto moral como físico.) De esta manera al incorporar los juegos en equipo se fueron incorporando cualidades importantes y, sobre todo, la identidad a las clases de educación física. La escuela fue construyendo las relaciones conducta y virtuosidad, también se incluyeron el género, la clase social y la identidad física (pag, 49).

Magan, (1983) dice que se debería sugerir el análisis en que la institución escuela pueda seguir construyendo identidades aceptadas por la sociedad actual, trabajando por medio del cuerpo, y las practicas físicas, y apara esto, los especialistas en la educación física construir identidades de género raza, nación que quizás no tenga la importancia necesaria fuera de la escuela (Kirk, 2007).

Aquí, el autor pone énfasis en que la escuela debe tener como prioridad la formación de identidades reconocidas por la sociedad trabajando, entre otras cosas, el cuerpo a través de la educación física construyendo identidades sociales e involucrándose en el rol social que, tal vez, fuera del área educativa no tenga la relevancia necesaria.

Según Darling, (1982) en el texto “Con la escuela en el cuerpo, cuerpos escolarizados: construcción de identidad” (Kirk, 2007). Desde el comienzo de la década de 1930 este proceso de escolarización fue cuestionado, hubo un creciente interés en métodos de educación más adecuados a las necesidades de los niños, pretendiendo crear una educación menos formal y regimentada; se buscaba que el niño, como las plantas florecieran y crecieran de forma natural. La formación física en Gran Bretaña experimentó los primeros efectos del progresismo paidocentrista a finales de la década de 1940 y a comienzos de

1950 cuando los gimnastas educativos aprovecharon el trabajo de Laban sobre la danza moderna y educativa para desarrollar alternativas a la gimnasia sueco-danesa (Kirk, 1992).

En la década 1960, las políticas educativas comenzaron a considerar que la arquitectura escolar podría enfocarse en las necesidades infantiles lo que se resolvió en construcción de escuelas abiertas. En gran Bretaña, en 1967 fue el auge de la filosofía educativa enfocada en los niños, se le dio importancia a cada niño en su individualidad, también en el desarrollo de su espontaneidad y su creatividad.

Entre los años 1969 y 1970, en “estas escuelas sin muros” se cuestionan los usos del espacio y tiempo, y esto a su vez plantea la crítica a la forma regulada de “los cuerpos de los niños”. Se demostró que en el plan de estudios este plan abierto en Inglaterra tuvo éxito limitado y que en algunos casos los/as docentes volvieron al uso tradicional de los espacios, volviendo a levantar paredes en las aulas y en el mobiliario.

Barrow (1979) según este autor, por estos desafíos que han debido pasar la escuela se podría afirmar que ninguno de estos ha transformado la escolarización como proceso. Cualquiera de estas teorías que tengamos, la mayoría de las instituciones escolares tienen la prioridad de seguir normalizando y regulando los cuerpos de los/as escolares en forma más suave que las prácticas que se daban hace 50 o más años atrás. La escuela tiene la prioridad de construir la identidad que requiera la restricción y la disciplina corporal.

A pesar de que todavía hay una cierta continuidad de estas formas nombradas en la escolarización, se sugiere en este análisis es que, mientras la escuela como institución puede continuar construyendo identidades aceptadas por la sociedad contemporánea por medio del trabajo sobre el cuerpo, las prácticas físicas especializadas de educación física basada en el deporte pretenden construir identidades de género, de raza y nación que quizá no tengan relevancia fuera de las escuelas (Kirk, 2007).

### **1.6.1.3 - Movimiento corporal y un cruce de culturas**

Existen mecanismos sociales que hacen que se legitimen diferentes formas culturales y que se sancionen otras, como las reglas de los juegos que deberían ser la orientación de los saberes, para la construcción de cada aprendizaje de nuestra cultura en las propias prácticas corporales.

Podemos decir, para comenzar, que a lo largo del discurso el cuerpo pasa a referenciarse con nuevas palabras, “pero con efectos inciertos” (Rozengardt, 2013).

“El cuerpo ha sido, en un principio, el objeto justificador, desde las miradas científicas y políticas, asumiendo la doble dimensión de objeto de conocimiento y efecto de poder” (Rozengardt, 2013, s/pag).

A fines del siglo pasado Taylor decía “que la cultura es un complejo que incluye conocimientos, creencias, arte, moral, leyes, cultura y cualquier otra aptitud o hábito adquirido por el hombre en tanto que miembro de la sociedad”. (Pedraz, 1997).

Para Pérez Gómez, “considerar la escuela como un espacio ecológico de cruces de cultura cuya responsabilidad específica, es la mediación reflexiva de aquellos influjos plurales que las diferentes culturas ejercen de forma permanente sobre las nuevas generaciones” (Rozengardt, 2013). El responsable definitivo de la naturaleza, sentido y consistencia del aprendizaje de los/as alumnos/as en la propia vida escolar en este vivo y fluido cruce de culturas, es la escuela.

Este cruce de culturas se produce a través de las propuestas curriculares de cada una de las disciplinas científicas artísticas y la determinación de la línea pedagógica que sigue la propia escuela como, por ejemplo, la cultura social institucionalizada por los valores hegemónicos de los escenarios sociales, que se presentan con roles, ritos propios de la escuela y la experiencia de cada alumno, los intercambios espontáneos que se dan en su entorno y, a su vez, con cada uno de los actores.

Entonces se puede decir que la cultura pasaría a conformar el cuerpo de acuerdo a los hábitos y/o actitudes que tenga el hombre, en la misma sociedad donde también se debería tener en cuenta los hechos simbólicos y materiales con los que el cuerpo debe intercambiar sus formas de vida. También se

puede considerar que las prácticas de educación física pasarían a ser un lugar común de conocimiento y protagonismo del sujeto.

Según Theberg, (1985) decía que la educación física tuvo momentos exclusivamente masculinos, las prácticas corporales generales que dejaron de ser solo relacionadas con las conductas buenas y virtuosas, además incluyeron el género y clase social.

La educación física ha apoyado el proceso de escolarización del cuerpo desde finales del siglo XIX. A partir de entonces y hasta la actualidad no son pocos los autores que abordan a la educación física como actividad pedagógica que contiene como tema, el movimiento corporal y como espacio la escuela, básicamente a la cultura corporal o a la cultura del movimiento.

A partir de 1940 los ejercicios gimnásticos militaristas ceden, progresivamente, su lugar al movimiento cultural del deporte y la educación física lo toma junto a otras expresiones de cultura corporal como danza y juegos populares. La educación física incorpora para si los códigos y funciones en la propia escuela desarrollando su identidad en relación a lo que establece con su medio ambiente (Brach, 1996).

Se plantea la actividad física desde el movimiento del cuerpo y luego va tomando diferentes expresiones, como plantea el autor, que tienen que ver con el movimiento del propio cuerpo, donde, también, debe existir un mediador cultural. "El mediador cultural y la legitimidad para enseñar la materia es el profesor por el cual hay una constante disputa y permanentemente debe estar demostrando sus saberes para la tarea educativa" (Brach, 1996).

Este profesor debe estar preparado para poder enseñar sus saberes y cómo en las instituciones nos encontramos con lo que se llama cruces de cultura, una relación conflictiva entre la cultura institucional y la cultura social, debe haber una reciprocidad abierta en los sujetos que interactúan en la institución, para poder adaptar nuestra enseñanza/aprendizaje frente a esta realidad.

"La ciencia se enseña, la lengua se aprende, el deporte se practica en la escuela. Así mismo, la formación integral debe otorgar particular atención al desarrollo físico y a la práctica deportiva, dirigidos a promover mayores niveles de salud y al desarrollo de hábitos de juego limpio, el cuidado de uno mismo y el trabajo en equipo. Otorgar atención al desarrollo, no enseñar conocimientos" (Rozengardt, 2013, s/p.).

En el texto “de la idea de la idea” de la educación física, Mauss (1973) argumenta que con el objeto de calificar una acción como técnica del cuerpo, ésta tiene que ser efectiva, debe lograr algún propósito con facilidad y tradicionalidad. Sobre este último aspecto, escribe:

“No existe técnica ni transmisión si no hay tradición. Esto es, sobre todo, lo que distingue al hombre de los animales: por la transmisión de sus técnicas y muy probablemente por su transmisión oral”. “Este mismo dice que las técnicas del cuerpo son acciones con propósitos y es parte de una cultura compartida, aunque existan diferentes grupos sociales nacionales y demás”.

Aquí se ve cómo a través del tiempo y distintos aprendizajes, las transformaciones de nuestro cuerpo es parte de una transmisión cultural, donde el sujeto, por medio de técnicas corporales adquiridas puede construir y reconstruir, aprendizajes y valores culturales donde se trasmite saberes legítimos de movimiento para ser y hacer de su propia vida en la sociedad una cultura que atraviesa la vida del hombre.

En el texto de Pedraza y Brazos Polo (1997) cuando hablan de la disposición regulada de los cuerpos, citan en un párrafo a Pierre Bourdieu quien dice que las representaciones y manifestaciones corporales constituyen espacios sociales distintivos que dependen del hábitus mediador; es decir, forman parte de los gustos, y al igual que estos, son producto de procesos sociales en los que se emplea. Respecto a la percepción social del cuerpo, nos recuerda que: el cuerpo, a pesar de ser lo más estable de la persona sería la naturalidad de su apariencia, es decir, en las dimensiones de su conformación visible (peso, talla, volumen, etc.). Y, además, es un producto social que depende de mediadores como las condiciones de trabajo y los hábitos de consumo y puede perpetuarse más allá de sus condiciones de producción, puede expresar las diferencias de clase (en la medida en que la relación con el cuerpo propio permite experimentar la posición en el espacio social mediante la comprobación de la distancia que existe entre el cuerpo real y el cuerpo legítimo). En este sentido se puede decir que la pertenencia a las diversas clases sociales y fracciones de clase se observa no sólo en el talento y la compostura del cuerpo o en la manera de vivir el cuerpo, sino que también se observó en la forma del cuerpo.

En este apartado del trabajo puede verse cómo, a través del tiempo y de los estudios pedagógicos se ha logrado desarrollar la idea del cuerpo como vehículo

de cambio y transformación socio cultural, tanto pedagógicamente como en lo deportivo, tomando al individuo como una herramienta de cambio social y respetando, a la vez su individualidad y sus potencialidades logrando así transmitir y mostrar distintas formas y funciones de movimientos corporal.

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

En este capítulo se desarrollaran cuatro apartados, en el primero se describe la orientación motivacional, en donde se definirá la orientación a la tarea y la orientación al ego.

En el segundo apartado se tendrán en cuenta las distintas teorías de la motivación intrínseca, extrínseca y cómo los sujetos perciben una determinada conducta según sus necesidades.

En el tercer apartado se habla del flow, su definición el estado mental de la forma operativa en el cual las/os estudiantes deberían estar inmersos en la actividad a realizar.

Y por último, narramos la intención futura de prácticas de actividad física y la importancia que tiene en el desarrollo y la salud del cuerpo.

### **1.6.2.1 - Orientación Motivacional**

De la Torre (2000), Gibson, Ivancevic y Donnelly (2001) y Hellriegel y Slocum (2004) la motivación es la fuerza que actúa sobre un individuo y que lo impulsa a adoptar una conducta determinada. Además para Sexton (1977), Robbins (1999) y Guzmán y Olave (2004) la motivación es un proceso voluntario que mueve al sujeto a esforzarse con el fin de alcanzar una meta y satisfacer una necesidad (Robles, Carvajal, Reyes, Astudillo, Díaz, 2015).

Pese a los múltiples enfoques, todos coinciden en definir a la motivación como el conjunto de procesos que sigue una secuencia temporal que activa, sostiene, dirige y, finalmente, da por terminada la conducta (Beltrán, 1993; Good y Brophy, 1983, citados en González, Valle, Núñez y González – Pineda, 1996; Graham y Weiner, 1996, citados en Long, Monoi, Harper, Knoblauch y Murphy, 2007), y que permite analizar "por qué las personas piensan y se comportan como lo hacen" (Graham y Weiner, 1996, citados en Long et al., 2007).

En lo expuesto anteriormente, la motivación, direcciona las actividades y los resultados en la clase de educación física con lo cual se podría decir que sin motivación no puede haber un adecuado aprendizaje, o al menos no el aprendizaje óptimo de la tarea, ya que la motivación es la causa de una conducta. La motivación se relaciona con el estado del organismo al que se considera responsable de la realización de una determinada actividad en un punto preciso del tiempo.

Se podría decir que la motivación es de característica individual y que puede coincidir en propósitos comunes, pero su origen vive en un impulso personal que promueve cambios en las diferentes manifestaciones que rodean al individuo. En este mismo contexto, tanto en la Educación Física como en el deporte, la motivación distintos valor significativo en las aspiraciones de los participantes y en el logro de los resultados esperados.

Se cree que la motivación es lo que estimula al sujeto para poder desarrollarse y las distintas formas que se les plantea en la actividad física -deporte, y que el/la docente es el encargado de que esta situación de estímulo, el sujeto lo perciba.

La motivación está formada por un conjunto de variables sociales, ambientales e individuales que determinan:

La elección de una actividad (dirección).

La intensidad en la práctica de esa actividad.

La persistencia (esfuerzo) en la tarea.

Rendimiento.

La orientación motivacional estará determinada por la forma en que estos ítems hayan sido propuestos a los alumnos en la clase, como así también al estímulo de cada sujeto en el momento de realizar la actividad propuesta.

El clima motivacional en la clase es la herramienta primordial para el trabajo en la clase de educación física y es menester del docente conocer y promover las actitudes positivas de sus los/as estudiantes al enfrentar situaciones planteadas. Para eso el/la docente cuenta con herramientas pedagógicas específicas que deberá aplicar criteriosamente.

La motivación es un elemento clave para lograr el compromiso y la adherencia al deporte, ya que es el más importante e inmediato determinante del

comportamiento humano (Iso-Ahola y St.Clair, 2000), pues lo despierta, le da energía, lo dirige y lo regula (Murray, 1964; Roberts, 2001), siendo por tanto un mecanismo psicológico que gobierna la dirección, intensidad y persistencia de la conducta (Kanfer, 1994; Sage, 1977). Entre las diferentes alternativas teóricas con las que contamos actualmente que nos permiten ahondar en estos aspectos, tenemos la teoría de las perspectivas de meta (Duda, 1992, 1993). Esta teoría se sitúa los enfoques contemporáneos de las teorías motivacionales de metas de logro (Ames, 1984; Dweck, 1986; Nicholls, 1989) y la Teoría de la Autodeterminación (Deci y Ryan, 1980, 1985, 1991), citados (Moreno Murcia, Cervello Gimeno, & González -Cutre Coll, 2006)

La Teoría de las Metas de Logro establece que la meta principal de un individuo en contextos de logro es demostrar habilidad, existiendo dos concepciones de la misma que se crean por influencia social; la orientación a la tarea o a la maestría, en la que el éxito viene definido como el dominio de la tarea y el progreso personal, y la orientación al ego o al resultado, en la que el éxito se define como superación a los rivales y demostración de mayor capacidad (Nicholls, 1984).

Los/as profesores debieran producir en el/la estudiante un determinado clima motivacional que pueda conducir al desarrollo de perspectivas de orientación al ego y/o a la tarea, denominadas “clima orientado al ego” y “clima orientado a la tarea”, respectivamente (Cervelló y Santos-Rosa, 2001). Según esta teoría, un sujeto que perciba un clima orientado a la tarea estará más implicado a la misma, su objetivo será dominarla y, al alcanzarlo se incrementará su sentimiento de competencia, provocando con ello una mayor implicación en el desarrollo de dicha tarea.

En cambio el individuo que perciba un clima orientado al ego tendrá mayor implicación al ego, su objetivo será demostrar su competencia en relación con los demás, atribuyendo el fracaso a la falta de habilidad. Frente a tareas con dificultad no se demuestra constante en su logro, llegando a abandonarla y empeorando su ejecución en otras (Escartí, Cervello y Guzmán, 1996).

Escartí y Brustad, (2000) dicen que por norma general, aquellos individuos orientados a la tarea ven al deporte y la actividad física como una actividad que fomenta la cooperación, la responsabilidad social y la motivación intrínseca además de propiciar sentimientos afectivos positivos (Wang y Biddle, 2001), lo cual incrementa el interés por el aprendizaje, por cumplir las reglas, por

esforzarse al máximo y por mejorar la salud y las habilidades propias del deporte, percibiendo el éxito cuando se demuestra el dominio de la tarea y considerando el esfuerzo como la causa directa del éxito (Cervelló, Jiménez, del Villar, Ramos, y Santos-Rosa, 2004; Parish y Treasure, 2003).

Escartí, y Brustad, 2000; Parish y Treasure, (2003) estos autores dicen que los/as estudiantes que se encuentren orientados al ego, consideran al deporte como una oportunidad para conseguir un reconocimiento y estatus social, aumentar la popularidad, conseguir riqueza económica y desenvolverse en la sociedad. Tratan de conseguir todo esto con el mínimo esfuerzo, presentando una escasa motivación intrínseca hacia la propia actividad (Molina, Rodríguez, 2010).

Deci, (1975) y Deci y Ryan, (1985) hablan de la Teoría de la Autodeterminación establecen que la motivación es un continuo, caracterizada por diferentes niveles, de tal forma que dé más a menos autodeterminada encontramos la motivación intrínseca, la motivación extrínseca y la amotivación. La motivación intrínseca supone el compromiso de un sujeto con una actividad por el placer y el disfrute que le produce y por tanto, la actividad es un fin en sí misma (Moreno Murcia, Cervelló Gimeno, González-Cutre Coll, 2007).

Estas teorías, como la de la meta de logros, y la de la autodeterminación nos hacen saber que el sujeto tiene diferentes niveles de motivaciones que depende de cual motivación sea la que al sujeto esté estimulado, y cuál será la autodeterminación que tenga para la actividad que realice.

La Teoría de la Autodeterminación (Deci y Ryan, 1985, 2000; Ryan y Deci, 2000) es una de las teorías más utilizadas en las últimas décadas para analizar la motivación en los diferentes contextos físico-deportivos. Uno de sus postulados para esta teoría, se basa en que el comportamiento humano es motivado por tres necesidades psicológicas: autonomía, competencia y relación con los demás. En base a esto, parece congruente diseñar actividades que fomenten la satisfacción de estas tres necesidades psicológicas, con el fin de mejorar la motivación en el alumnado. Por otro lado, la frustración de alguna de las tres necesidades psicológicas básicas puede provocar la desmotivación del estudiante (Ryan y Deci, 2000).

De acuerdo con lo que se vio hasta aquí sobre la orientación motivacional y estas teorías, ya nombradas, se deberá diseñar actividades que a los alumnos

estimulen de manera que logren sus objetivos desarrollando desde el saber y la autodeterminación, para que el sujeto se sienta competente frente a los objetivos planteados y eso lo lleve al estímulo y logre tener un gusto por la práctica de la actividad física.

Se establece entonces que la motivación es un proceso que comprende la unidad entre lo cognoscitivo y lo afectivo y constituye una expresión de la personalidad que surge como resultado de la interacción del individuo con el medio externo, mediante la cual se desencadena un impulso que conduce y activa al sujeto a la acción para satisfacer la necesidad que le da origen, contribuyendo de esta manera a regular la conducta.

En este sentido Knapp, citado por Sáenz López Buñuel, Ibáñez Godoy y Giménez Fuentes Guerra (1999), afirma que “la motivación es el factor más importante para la adquisición de una habilidad motriz”.

### **1.6.2.2- Motivación intrínseca**

El siguiente apartado comenzará con una aproximación a la teoría de la evaluación cognitiva.

El constructo de la motivación intrínseca describe esta inclinación natural hacia la asimilación, el alcanzar dominio, el interés espontáneo, y la exploración que son tan esenciales para el desarrollo cognitivo y social que representan una fuente principal de disfrute y vitalidad a través de toda la vida (Csíkszentmihályi & Rathunde, 1993; Ryan, 1995).

La teoría de la evaluación cognitiva, propone que la introducción de recompensas extrínsecas por comportamientos que ya han recibido una recompensa intrínseca debido al gusto asociado con el contenido del trabajo en sí mismo, tiende a disminuir el nivel total de motivación.

Desde siempre los teóricos de la motivación han asumido a las motivaciones como el éxito, el logro, la responsabilidad y la competencia, es decir motivadores intrínsecos, son totalmente independientes de los motivadores extrínsecos; es decir que ambos no se afectan ni se influyen uno al otro.

Hay dos procesos por los que las recompensas afectan a la motivación intrínseca.

El primero de ellos es un cambio en el locus de causalidad percibido (componente cognitivo). Cuando la conducta está motivada intrínsecamente, se dice que el locus de causalidad es interno. Esto significa simplemente que la gente percibe la causa de una determinada conducta con sus propias necesidades intrínsecas. Sin embargo, cuando reciben recompensas extrínsecas, su locus de causalidad percibido se convierte en externo y realiza la conducta sólo si creen que después vendrá una recompensa extrínseca.

Segundo proceso por el que la motivación intrínseca puede verse afectada, es lo que Deci (2001), denomina cambio en los sentimientos de competencia y autodeterminación (componente afectivo). Las recompensas que dan a entender al sujeto que es competente y que es él quien determina su propia conducta aumenta la motivación intrínseca, las recompensas que les transmiten la sensación contraria disminuyen la misma (Bandura, 1977; Duda, 1992; Roberts, 1995).

En un principio se consideraba a la motivación como una sola o unidimensional; con el paso del tiempo y de investigaciones ulteriores se distinguen tres clases de motivación:

La motivación intrínseca que refiere a participar de una actividad solo por el placer de la experiencia.

La motivación extrínseca que habla de la práctica de la actividad por la obtención de una recompensa y la motivación, que se describe como la falta de motivos para continuar con la práctica y el esfuerzo. Se conceptualizó la existencia de la autodeterminación, desde una exigencia, las personas se percibían totalmente responsables de su propio comportamiento y por lo tanto libres respecto a su entorno mostrando así la máxima autodeterminación. Hasta el otro extremo en el percibían su conducta como determinada totalmente por el entorno (ninguna autodeterminación).

La motivación intrínseca se ubicaba en los mayores niveles percibidos de autonomía personal. Se distinguen diferentes tipos de motivación extrínseca, en el nivel más bajo de percepción de autonomía se encontraba la motivación extrínseca de regulación externa, dirigida a alcanzar recompensas o evitar castigos. En el nivel más alto ubicaron a la motivación extrínseca de regulación identificada e integrada, dirigida a conseguir objetivos externos valorados por el

sujeto como relevantes para su desarrollo personal (Guzmán, Carratalá, García-Ferriol, Carratalá, 2006).

Vallerand (1997) plantea un modelo jerárquico de la motivación, motivación intrínseca, motivación extrínseca, amotivación, esto se da dentro del individuo de tres niveles jerárquicos de generalidad, desde nivel más bajo al más alto, es decir: el situacional, el contextual, y el global donde los diferentes tipos de motivación coexisten en estos tres niveles de generalidad. Se puede decir que no es suficiente hablar de motivación general para describir una persona, sino que se debe hablar de un conjunto de motivaciones que varían en tipos y generalidades.

Desde tiempos inmemorables el ser humano ha sentido la necesidad de su bienestar psíquico y físico, esto está demostrado en la vida en sociedad de los humanos. La necesidad de sentirse bien con uno mismo y el entorno es tan fuerte que condiciona la calidad de vida motivando o amotivando a la práctica de actividad física e intelectual que ayude en este proceso (Deci y Ryan 1985 y 2000).

Existen tres situaciones psicológicas que son innatas, básicas y universales: la competencia, la autonomía y la relación con los demás, estos tres factores, son fundamentales para el desarrollo y el mantenimiento de la salud psicológica lo que beneficiara el bienestar personal, fortaleciendo la auto estima y los lazos sociales, bien sabido es que de la cantidad de beneficios que trae el sentirse seguro y contenido (autonomía de trabajo). En la medida en la que estas necesidades psicológicas se satisfagan, se desarrollarán formas de motivación más o menos auto-determinadas (motivación intrínseca, motivación extrínseca y desmotivación).

En concreto, es más probable que la persona alcance la motivación intrínseca (acción promovida por el disfrute obtenido durante la actividad) en aquellas situaciones en las que se permita la autonomía, se garantice la consecución de los objetivos establecidos (competencia) y se fomente la cohesión del grupo (relación con los demás)” (Moreno, González-Cutre, Martín-Albo, Cervelló, 2010).

Si las necesidades básicas no son satisfechas, se incrementa la probabilidad de experimentar motivación extrínseca (acción promovida por un fin externo a la actividad) o incluso desmotivación (acción caracterizada por falta de interés

hacia la práctica y por sentimientos de frustración), (Álvarez, Balaguer, Castillo, y Duda (2009), Papaioannou, Tsigilis, Komidou, y Milosis (2007) entre otros.

En el caso de la Motivación Extrínseca, el fin de esta actividad puede ser a su vez provocado por considerar que la actividad física forma parte de un estilo de vida sano, activo y saludable (regulación integrada), por creer que la actividad es importante, pero no placentera (regulación identificada), por sentimientos de culpabilidad (regulación introyectada) y/o por presiones externas (regulación externa). De todo ello se desprende que la motivación se encuentra directamente relacionada con la conducta, de tal manera que constituye una consecuencia que deriva de una serie de factores que influyen sobre ella. Este aspecto es explicado a través del modelo jerárquico de (Vallerand 1997, 2001), modelo que surgió a partir de la teoría de la autodeterminación para explicar que la motivación está determinada por factores sociales, y que las percepciones de competencia, autonomía y relación con los demás, median el efecto de estos factores sociales sobre la motivación.

La investigación en torno a la influencia que diferentes factores sociales ejercen sobre la motivación, así como la influencia que ésta, a su vez, ejerce sobre diferentes variables disposicionales y situacionales en contextos de actividad física y deporte se ha visto favorecida en los últimos tiempos, siendo diferentes los instrumentos empleados para tal fin. Sin embargo, a pesar de este volumen considerable de trabajos, aún se aprecian índices importantes de inactividad en la población, a una inadecuada gestión del tiempo libre o de ocio, así como a niveles bajos de desarrollo personal y social (Tirado, Aguaded, y Marín, 2009).

Se entiende que existe cierto sedentarismo juvenil. Con el fin de combatirlo y siguiendo una línea de intervención, se centra la idoneidad de los instrumentos de medición empleados en los estudios.

Desde el punto de vista didáctico el docente debe respetar el nivel de competitividad de cada uno de sus alumnos y ofrecerles situaciones socio motrices y o grupales que los ayude a la concreción efectiva de logros dentro de sus posibilidades lo que reforzara el sentimiento de satisfacción de sus necesidades psicológicas y sociales.

La teoría de la autodeterminación puede ser particularmente útil pues es una de las pocas teorías que relaciona positivamente la motivación intrínseca con la

diversidad, autonomía en el comportamiento y la percepción de competencia en la conducta humana (Deci y Ryan 1985).

Esta teoría se ha aplicado en diferentes contextos tanto en educación como en deporte, con la finalidad de explicar cómo los individuos pueden sentirse hacia una actividad de manera diferente, intrínsecamente motivada, extrínsecamente motivada o desmotivados (Deci, Vallerand, Pelletier, Ryan, 1991).

El grado de autonomía que se concede a la posibilidad de elegir las tareas así como la percepción de competencia y el grado de relación y conexión con los otros constituye el pilar básico en lo que se sustenta la motivación en el contexto de la educación física.

Como se dijo anteriormente, con estas teorías se acercaba la comprobación de que la motivación intrínseca y extrínseca y la amotivación se dan dentro del individuo en los tres niveles jerárquico de generalidad (situacional, contextual y global), la motivación intrínseca se ubica en los mayores niveles de autonomía personal respecto de la Motivación Extrínseca y la amotivación.

Según Deci y Ryan (2002), la necesidad de sentirse bien con uno mismo, la condición de calidad de vida motivando o amotivando la práctica de la actividad física, según estos autores existen tres situaciones psicológicas innatas, básicas y universales que son la competencia la autonomía y la relación con los demás. Al satisfacer estas necesidades psicológicas se desarrollaran formas de motivación más o menos autodeterminadas. La motivación intrínseca se estimula en relación a la autonomía que garantice la consecución de los objetivos establecidos (competencia) y que fomente la cohesión de grupo en la relación con los demás. De lo contrario si estas necesidades básicas no se satisfacen es probable que se incremente la motivación extrínseca, con la que se puede dar la falta de interés hacia la práctica y sentimiento de frustración es decir amotivación. Estos aportes demuestran que la motivación intrínseca no es solo un estímulo motivacional sino que es un conjunto de motivaciones con diferentes niveles de generalidades para poder llegar al estímulo del individuo como logro en particular.

### 1.6.2.3 - Flow

El flow es el estado mental operativo en el cual la persona está completamente inmersa en la actividad que está ejecutando. Se caracteriza por su sentimiento de enfocar la energía, de total implicación con la tarea y de éxito en la realización de la actividad. Esta realización se experimenta mientras la actividad está en curso. Este concepto de flujo lo propuso el psicólogo Csíkszentmihályi (1975).

El concepto de flow fue introducido en la literatura científica por Csikszentmihalyi (1975), quien lo definió como el estado de experiencia óptima que las personas expresan cuando están intensamente implicadas en lo que están haciendo y que les resulta divertido hacer. Si bien en este artículo se considera el término flow como sinónimo de experiencia óptima, es importante anotar que también otras construcciones psicológicas pueden ser consideradas como un estado mental óptimo. El estado de flujo es llamado así porque el psicólogo cuando hizo la entrevista, las personas describe sus experiencias de flujo, usando la metáfora de una corriente que llevaba hacia delante. El concepto psicológico de flujo como llegar a estar absorbido por una actividad.

Sin embargo, en los casos en que el estado de flow se logra en el ámbito educativo, los alumnos experimentan niveles de desafío y entusiasmo superiores a los experimentados durante la realización de sus actividades favoritas. Asimismo, los estudios indican que el flow es un mejor predictor del rendimiento escolar que la medición de habilidades académicas. Los estudiantes que reportan mayor flow durante las clases, también logran mejores resultados escolares (Whalen, 1998).

Se describirán las características, según Csikszentmihalyi (1990):

**1. Equilibrio entre habilidad y reto:** es muy importante las variables psicológicas porque pueden afectar el rendimiento deportivo. Para la obtención de una adecuada ejecución, tendría que existir un equilibrio entre la dificultad de la tarea a la que nos enfrentamos en un contexto de cambio permanente, el desafío que deberá llevar a cabo, está la habilidad que debemos poseer o que percibimos para poder realizar dicha tarea.

**2- Combinación/unión de la acción y el pensamiento:** no es sencillo ejecutar una tarea automáticamente, sin tener que perder segundo para pensar que es el movimiento que debo realizar. Esta fusión mente- cuerpo, nos lleva a la fluidez

del movimiento. Un ejemplo es un deportista en el inicio del deporte donde todavía no tiene la velocidad de reacción para ejecutar el pensamiento y la acción, ya que necesita pensar en cada uno de los pasos que debe dar para completar dicha habilidad. Una vez que la práctica tenga un tiempo lo hará con la fluidez que se caracteriza en un deportista entrenado para tal fin.

**4- Feedback claro y sin ambigüedades:** El feedback se puede conseguir por diferentes vías, si queremos lograr un estado óptimo de ejecución, el más importante es el feedback kinestésico proveniente de nuestros propios movimientos. Si el feedback es claro, preciso y sin dudar, nos proporcionará autoconfianza y seguridad. Esto favorecerá un estado óptimo para la ejecución, ayudando a conseguir un mejor rendimiento.

**5- Concentración sobre la tarea que se está realizando:** las causas del buen o mal rendimiento se ha atribuye a esta característica, porque no ha rendido a un nivel óptimo por faltaba de concentración o por el contrario, la concentración nos llevó a una óptima respuesta en la tarea y la fluidez de la misma.

**6- Sentimiento de control:** El sentimiento de control tiene una gran relación con la primera de estas características (equilibrio entre habilidad y reto), ya que si sabemos que con nuestra habilidad podemos ejecutar correctamente la actividad propuesta, nuestra percepción de control aumentará. Asimismo, también existe una clara relación entre esta cualidad y tener claros objetivos y un feedback inequívoco, nos ayudará a mejorar nuestro control sobre la tarea.

**7- Perdida de cohibición o de autoconciencia:** Esto hace al deportista al sentirse más osado y atrevido a la hora de enfrentarse a la tarea que debe realizar. Esta característica se relaciona con la segunda (unión entre acción y pensamiento) y la quinta (concentración sobre la tarea), ya que son necesarias estas dos particularidades para que se produzca una pérdida de cohibición y por tanto nos aproximemos a un estado de fluidez.

**8- Transformación en la percepción del tiempo:** Esta capacidad de transformar la percepción del tiempo ha generado bastante controversia entre los estudios del estado de flow. No está muy claro cómo se produce esa

transformación del tiempo. Para algunos deportistas, sus mejores rendimientos coinciden con una percepción del tiempo más lenta que la realidad (los segundos parecían minutos), sin embargo, en otros ocurría lo contrario, y su percepción del tiempo era mucho más rápida que el tiempo real (se me ha pasado volando). Esta variabilidad ha sido explicada en función de las particularidades de la tarea realizada.

**9- Experiencia autotélica:** Esta característica se relaciona con la satisfacción intrínseca de la tarea. Autotélica proviene del griego auto= por sí mismo y telos = objetivo. Es decir, la tarea o experiencia es un objetivo por sí misma. Esto se relaciona con la teoría de autodeterminación de Ryan y Deci (1985), que postula que una tarea es más fácil de realizar cuando sentimos satisfacción simplemente con realizarla, sin necesidad de ninguna recompensa externa. Esta particularidad hace que un deportista sienta placer al realizar actividad física, estando por tanto, mejor predispuesto psicológicamente para afrontar la ejecución de la tarea. Se puede decir que si conseguimos que al participar en una competición, el deportista esté disfrutando de la actividad que realiza es más probable que su estado de flow le ayude a obtener un mejor rendimiento.

En este apartado se puede ver que en la teoría, del flow, si al alumno/a lo motivamos desde la teoría de la autodeterminación y hacemos que ellos/as lleguen trabajar en la clase con una cantidad de experiencia que logren cumplirse con todas las características que tiene el flow. Serían alumnos/as con saberes donde ellos/as tengan un fluir con la corriente que los lleve hacia delante, para poder desarrollarse en un estado de competencia que haga que los/as alumnas se desenvuelvan y aporten al fin recreativo y socializador, sin procurar un fin únicamente deportivo, entre otros, lleva a experimentar este estado de flow, esa sensación permitirá tener el deseo de continuar o comenzar a realizar algún tipo de práctica deportiva, desarrollando una motivación intrínseca, con lo cual, es positivo los/as incentiva a la realización de una futura práctica de actividades físico-deportiva.

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

En la adolescencia, “la clase de educación física debería servir para que los individuos tomen conciencia de los beneficios que le representan la práctica de ejercicios físicos, tanto para su autorrealización como para su salud. Los planteamientos didácticos en la adolescencia tienen que estar muy bien pensados en función de la motivación o motivaciones que quieran generar, no solamente a nivel coyuntural, sino pensando que en un futuro el individuo no va a tener que practicar obligatoriamente ejercicio físico (Sánchez Bañuelos, 1995). Ha ganado terreno entre niños/as y jóvenes, como el cuidado de la salud psíquica y física. Se cree que es de suma importancia no solo por los logros deportivos de los/as alumnos/as, sino por tratar de tener una vida saludable. Todo lo que se aprende en el ámbito escolar, de cualquier nivel, es asimilado y reutilizado en otros momentos de la vida. Se considera que el docente deje su impronta positiva en el placer del alumno/a al reconocer el movimiento físico como un medio natural de progreso y de prolongación de años de vida.

“La educación Física escolar y los programas de deporte infantil y juvenil son ámbitos cruciales para la promoción de la actividad física como hábito saludable entre niños y adolescentes. Una de las principales funciones de la Educación Física escolar es enseñar a los/as alumnos/as el valor que tiene la práctica continuada de la actividad física en relación con la salud, favoreciendo así la incorporación de estilos de vida activos” (Ordax, De Abajo y Márquez, 2004).

La motivación es un elemento muy importante que contribuye a despertar en los/as alumnos/as el deseo de participar. Esta participación se hará mucho más interesante en la medida que el educando reciba en sus clases actividades que den respuestas a los deseos de movimiento, de descubrir, relacionarse y sea pertinente con el nivel de desarrollo físico alcanzado, si el/la docente no motiva a los/las alumnos en la clase, esto puede provocar una actitud negativa hacia la educación física.

Es lógico asumir que los programas en la escuela tendrán un impacto más positivo para la participación en la clase y a su vez la experimentación de los resultados cognitivos y positivos como resultados de su participación (Ntoumanis, 2002).

El docente para provocar cambios efectivos y afectivos en el estudiante, deberá desarrollar en la propia autonomía en los niveles de generalidad de la motivación intrínseca.

Teniendo en cuenta la teoría del flow que se caracteriza en el enfoque de la energía y el compromiso de la tarea, y que en el éxito de la realización de la actividad se logran experiencias óptimas, desarrollando en su máximo nivel la motivación intrínseca y la autonomía. Es por eso que se considera que el flow aplicado al ámbito educativo logra que los/las estudiantes experimenten entusiasmos durante la realización de la clase propuesta por el docente.

Quienes no se sientan autónomos en las prácticas de aula y no desarrollen la iniciativa y toma de decisiones, difícilmente van a llevar esa práctica fuera del horario escolar. En este sentido, un aspecto de interés y a tener en cuenta es analizar el contexto del centro educativo (clubes deportivos, actividades extraescolares, montaña, playa, etc.), con la intención de que aquellos contenidos tratados en clase puedan tener continuidad por parte de los adolescentes fuera de éste y el mayor número de horas posible.

## **1.7. Objetivos**

### **Objetivos Generales**

- Describir el nivel de orientación motivacional, orientación al ego y orientación a la tarea, el flow, motivación intrínseca, intención futura a la práctica de los/as estudiantes de educación física del nivel secundario.
- Establecer la relación de la motivación intrínseca, el flow y la orientación motivacional con la intención futura de la práctica de actividad física - deportiva.

### **Objetivos Específicos**

- Determinar el nivel de la orientación motivacional en los estudiantes de educación física
- Caracterizar el nivel del flow en los estudiantes de educación física del nivel medio
- Describir el nivel de la motivación intrínseca en los estudiantes de educación física del nivel medio
- Caracterizar el nivel de la intención futura de la práctica de actividad física del nivel medio
- Establecer la relación entre la orientación motivacional y la intención futura a la práctica a la actividad física - deportiva.
- Establecer la relación entre el flow y la intención futura a la práctica a la actividad física - deportiva.
- Relacionar la motivación intrínseca con la intención futura a la práctica a la actividad física - deportiva.

## **2.- Segunda Parte: Material y Método**

### **2.1. Tipo de diseño**

Según el estado del arte y los objetivos planteados, se trata de una Investigación descriptiva–correlacional (Hernández Sampieri, Fernández Collado y Baptista Lucio (2004). En este estudio describimos el comportamiento de las variables, orientación motivación, motivación intrínseca, flow y la intención de ser físicamente activos en el futuro de los/as alumnos/as de educación física del nivel secundario.

Los estudios descriptivos buscan especificar las propiedades, las características y los perfiles importantes de personas, grupos, comunidades o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis (Danhke, 1989) citado por Hernandez Sampier, Fernandez Collado, & Baptista Lucio, (2004). En Los estudios descriptivos buscan especificar las propiedades, las características y los perfiles importantes de personas, grupos, comunidades o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis (Danhke, 1989) Una vez obtenida la descripción independiente de cada variable, analizamos el grado de relación existente entre la orientación motivacional, la motivación intrínseca y el estado de flow, con la intención de ser físicamente activo en el futuro. De esta manera vemos cómo se comporta una de las variables en relación a otra. Hernandez Sampieri, Fernandez Collado, & Baptista Lucio, (2004) afirma que los estudios correlacionales miden el grado de relación entre dos o más variables dentro de un contexto particular, para que de ésta manera se pueda saber cuál es el comportamiento de una variable, conociendo el comportamiento de la otra.

Según el tiempo, se trata de una Investigación sincrónica: “pretende conocer las variables presentes en la clase de Educación Física que son percibidas como determinantes por los estudiantes para promover su intención de mantener una práctica física continuada en un futuro” (Gómez y Perelló, 2006, s/p), se realizó un corte al problema y se lo investigó en ese preciso momento. Se analizaron los estados específicos que presentaron las variables en el colegio elegido durante un periodo determinado: desde el 1 de julio hasta el 10 del mismo mes del año 2014 que comienza el pilotaje. Concluye entre fines de setiembre, y principio de octubre, cuando se hace la muestra completa en el mismo año.

Según el contexto del dato, se trata de una investigación de campo, en terreno, ya que administramos los cuestionarios en la escuela donde se presentaron las variables y los estudiantes manifestaron sus experiencias con las mismas, al realizarlos. Gómez y Perelló (2006) afirman que este tipo de diseños se llevan a cabo en el marco de una situación real determinada y los datos se obtienen de la indagación y recolección en el lugar donde se manifiesta la variable.

Con respecto a la muestra, es una investigación de tipo extensivo, estuvo compuesta por los/as alumnos/as del nivel medio, de todo el país a nivel macro y escala micro, estuvo compuesta la muestra por 115 alumnos/as de una escuela pública de Córdoba Capital

En el tratamiento de datos, la investigación es cuantitativa, se administraron cuestionarios de respuestas cerradas, con escalas que van desde el 1 al 5, (1- totalmente en desacuerdo, 2- en desacuerdo, 3- indiferente, 4- de acuerdo, 5- totalmente de acuerdo). Se utilizaron medidas de análisis estadísticos (frecuencia porcentual y moda) a fin de establecer descripciones y correlaciones de variables.

## 2.2. Diseño de objeto: Sistema de matriz de datos

Unidad de Análisis (U. A.)	Variables (V)	Valores (R)	Indicadores (I)				
			Dimensión	Valores	Sub Dimensión	Valores	
U.A N anclaje Estudiantes de educación física de nivel medio del sistema escolar argentino.	V1. Sexo	R1.Hombre					
		R2. Mujer					
	Procedimiento: Preguntar						
	V2. Edad	R1. 10 años					
		R2. 11 años					
		R3. 12 años					
		R4. 13 años					
		R5. 14 años					
		R6. 15 años					
		R7. 16 años					
		R8. 17 años					
R1. 18 años							
R1. 19 años							
Procedimiento: Preguntar							

	<b>V3. Año que cursa</b>		R1. 1ero					
			R2. 2do					
			R3. 3ero					
			R4. 4to					
			R5. 5to					
			R6. 6to					
	Procedimiento: Preguntar							
	<b>V4. Calificación en educación física del curso (año) anterior</b>		R1. 1					
			R2. 2					
			R3. 3					
			R4. 4					
			R5. 5					
			R6. 6					
			R7. 7					
			R8. 8					
			R9. 9					
			R10. 10					
	Procedimiento: Preguntar							
	<b>V5. Gusto por la educación física</b>		R1. Nada					
			R2. Poco					
			R3. Normal					
		R4. Bastante						
		R5. Mucho						
Procedimiento: Preguntar								
<b>V6. Frecuencia semanal de realización de ejercicio físico en el tiempo libre</b>		R1. Baja	D1. Frecuencia semanal de realización de ejercicio físico extenuante	R1. 1 vez				
		R2. Media		R2. 2 veces				
		R3. Alta		R3. 3 veces				
				R4. 4 veces				
				R5. 5 veces				
				R6. 6 veces				
				R7. 7 veces				
			D2. Frecuencia semanal de realización de ejercicio físico moderado	R1. 1 vez				
				R2. 2 veces				
				R3. 3 veces				
				R4. 4 veces				
				R5. 5 veces				
				R6. 6 veces				
				R7. 7 veces				

			D3. Frecuencia semanal de realización de ejercicio físico suave	R1. 1 vez		
				R2. 2 veces		
				R3. 3 veces		
				R4. 4 veces		
				R5. 5 veces		
				R6. 6 veces		
				R7. 7 veces		
Procedimiento: Preguntar						
	<b>V7. Frecuencia de participación en una actividad física regular en la que se llegue a sudar realizada semanalmente en el tiempo libre</b>	R1: Nunca				
		R2: A veces				
		R3: A menudo				
Procedimiento: Preguntar						
	<b>V8. Nivel de orientación motivacional al Ego</b>	R1- Nulo	D1. Nivel de acuerdo cuando se es capaz de ser el único de realizar el ejercicio	R1.Totalment e de acuerdo		
		R2- Bajo		R2.De acuerdo		
		R3-Medio		R3. Indiferente		
		R4- Alto		R4. En desacuerdo		
		R5- Muy Alto		R5. Totalmente en desacuerdo		
			D2. Nivel de acuerdo en que el éxito radica en poder hacerlo mejor que l@Scompañer @S	R1.Totalment e de acuerdo		
				R2.De acuerdo		
				R3. Indiferente		
				R4. En desacuerdo		
				R5. Totalmente en desacuerdo		
			D3. Nivel de acuerdo en que el éxito consiste en que l@scompañer @s no alcancen el mismo nivel de habilidad	R1.Totalment e de acuerdo		
				R2.De acuerdo		
				R3. Indiferente		
				R4. En desacuerdo		

				R5. Totalmente en desacuerdo		
			D4. Nivel de acuerdo en que el éxito se encuentra ligado al fracaso de los demás	R1.Totalment e de acuerdo		
		R2.De acuerdo				
		R3. Indiferente				
		R4. En desacuerdo				
		R5. Totalmente en desacuerdo				
		D5. Nivel de acuerdo en que el éxito reside en ganarle a los demás	R1.Totalment e de acuerdo			
			R2.De acuerdo			
			R3. Indiferente			
			R4. En desacuerdo			
			R5. Totalmente en desacuerdo			
		D6. Nivel de acuerdo en que el éxito se logra en tener la puntuación más alta	R1.Totalment e de acuerdo			
			R2.De acuerdo			
			R3. Indiferente			
			R4. En desacuerdo			
			R5. Totalmente en desacuerdo			
		D7. Nivel de acuerdo en que el éxito es ser el mejor	R1.Totalment e de acuerdo			
			R2.De acuerdo			
			R3. Indiferente			
			R4. En desacuerdo			
			R5. Totalmente en desacuerdo			

			D8. Nivel de acuerdo en que el éxito se encuentra en comparación de la habilidad propia con la de los demás	R1.Totalmente de acuerdo		
				R2.De acuerdo		
				R3. Indiferente		
				R4. En desacuerdo		
				R5. Totalmente en desacuerdo		
Procedimiento: Preguntar						
<b>V9. Nivel de orientación motivacional a la tarea</b>	R1- Nulo	D1: nivel de acuerdo cuando se es capaz de esforzarse ante la práctica de una actividad	R1.Totalmente de acuerdo			
	R2- Bajo		R2.De acuerdo			
	R3-Medio		R3. Indiferente			
	R4- Alto		R4. En desacuerdo			
	R5- Muy Alto		R5. Totalmente en desacuerdo			
		D2: Nivel de acuerdo en que el éxito radica en aprender una nueva actividad	R1.Totalmente de acuerdo			
			R2.De acuerdo			
			R3. Indiferente			
			R4. En desacuerdo			
			R5. Totalmente en desacuerdo			
		D3. Nivel de acuerdo en que el éxito consiste en lograr adquirir nuevas habilidades	R1.Totalmente de acuerdo			
			R2.De acuerdo			
			R3. Indiferente			
			R4. En desacuerdo			
			R5. Totalmente en desacuerdo			
	D4. Nivel de acuerdo en	R1.Totalmente de acuerdo				

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

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

						R4.En desacuerdo
						R5.Totalmente en desacuerdo
			D2. Nivel de combinación entre la unión de la acción y el pensamiento	R1.. Nulo	SD1. Nivel de acuerdo en la realización correcta de los gestos de forma automática	R1.Totalmente de acuerdo
				R2. Bajo		R2.De acuerdo
				R3. Medio		R3.Indiferente
				R4. Alto		R4.En desacuerdo
				R5 Muy Alto		R5.Totalmente en desacuerdo
					SD2. Nivel de acuerdo en que las cosas están sucediendo automáticamente	R1.Totalmente de acuerdo
						R2.De acuerdo
						R3.Indiferente
						R4.En desacuerdo
					SD3. Nivel de acuerdo en que la ejecución es automática	R5.Totalmente en desacuerdo
				R1.Totalmente de acuerdo		
				R2.De acuerdo		
				R3.Indiferente		
				R4.En desacuerdo		
				SD4. Nivel de acuerdo en que las cosas se hacen espontánea y automáticamente	R5.Totalmente en desacuerdo	
					R1.Totalmente de acuerdo	
					R2.De acuerdo	
					R3.Indiferente	
					R4.En desacuerdo	

						R5.Totalmente en desacuerdo
			D3. Nivel de claridad en los objetivos	R1. Nulo	SD1. Nivel de acuerdo en cuanto al conocimiento de lo que se quiere hacer	R1.Totalmente de acuerdo
		R2. Bajo		R2.De acuerdo		
		R3. Medio		R3.Indiferente		
		R4 Alto		R4.En desacuerdo		
		R5. Muy Alto		R5.Totalmente en desacuerdo		
					SD2. Nivel de acuerdo a la seguridad de lo que se quiere hacer	R1.Totalmente de acuerdo
						R2.De acuerdo
						R3.Indiferente
						R4.En desacuerdo
						R5.Totalmente en desacuerdo
					SD3. Nivel de acuerdo con lo que se quiere conseguir	R1.Totalmente de acuerdo
						R2.De acuerdo
						R3.Indiferente
						R4.En desacuerdo
						R5.Totalmente en desacuerdo
					SD4. Nivel de acuerdo en que las metas están claramente definidas	R1.Totalmente de acuerdo
						R2.De acuerdo
						R3.Indiferente
						R4.En desacuerdo
						R5.Totalmente en desacuerdo

			D4. Nivel de Feedback	R1. Nulo	SD1. Nivel de claridad de cómo se lo está haciendo	R1.Totalmente de acuerdo
				R2. Bajo		R2.De acuerdo
				R3. Medio		R3.Indiferente
				R4. Alto		R4.En desacuerdo
				R5. Muy Alto		R5.Totalmente en desacuerdo
				SD2. Nivel de acuerdo de lo bien que se lo está haciendo		R1.Totalmente de acuerdo
						R2.De acuerdo
						R3.Indiferente
						R4.En desacuerdo
						R5.Totalmente en desacuerdo
			SD3. Nivel de acuerdo de los buenos pensamientos de lo que se está haciendo mientras se lo está realizando	R1.Totalmente de acuerdo		
				R2.De acuerdo		
				R3.Indiferente		
				R4.En desacuerdo		
				R5.Totalmente en desacuerdo		
			SD4. Nivel de acuerdo en confirmar que en clase se está haciendo muy bien	R1.Totalmente de acuerdo		
				R2.De acuerdo		
				R3.Indiferente		
				R4.En desacuerdo		
				R5.Totalmente en desacuerdo		
D5. Nivel de concentración sobre la tarea	R1. Nulo	SD1. Nivel de acuerdo en que la	R1.Totalmente de acuerdo			

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

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

				R5 Muy Alto		R5.Totalmente en desacuerdo
					SD2. Nivel de acuerdo en que la evaluación del/la otra da igual	R1.Totalmente de acuerdo R2.De acuerdo R3.Indiferente R4.En desacuerdo R5.Totalmente en desacuerdo
					SD3. Nivel de acuerdo de que da igual la imagen que se muestra a los demás	R1.Totalmente de acuerdo R2.De acuerdo R3.Indiferente R4.En desacuerdo R5.Totalmente en desacuerdo
					SD4. Nivel de acuerdo de lo que otros puedan pensar da igual	R1.Totalmente de acuerdo R2.De acuerdo R3.Indiferente R4.En desacuerdo R5.Totalmente en desacuerdo
			D8. Nivel de transformación en la percepción del tiempo	R1. Muy Alto	SD1. Nivel de acuerdo en que el tiempo parece alterarse	R1.Totalmente de acuerdo
				R2. Alto		R2.De acuerdo
				R3. Medio		R3.Indiferente
				R4. Bajo		R4.En desacuerdo
				R5. Nulo		R5.Totalmente en desacuerdo

					SD2. Nivel de acuerdo en que el paso del tiempo parece ser diferente al normal	R1.Totalmente de acuerdo
						R2.De acuerdo
						R3.Indiferente
						R4.En desacuerdo
						R5.Totalmente en desacuerdo
					SD3. Nivel de acuerdo en que parece que el tiempo pasa rápidamente	R1.Totalmente de acuerdo
						R2.De acuerdo
						R3.Indiferente
						R4.En desacuerdo
						R5.Totalmente en desacuerdo
					SD4. Nivel de acuerdo en la pérdida de la noción normal del tiempo	R1.Totalmente de acuerdo
						R2.De acuerdo
						R3.Indiferente
						R4.En desacuerdo
						R5.Totalmente en desacuerdo
			D9. Nivel de experiencia autotética	R1. Muy Alto	SD1. Nivel de acuerdo con la diversión de la experiencia	R1.Totalmente de acuerdo
				R2. Alto		R2.De acuerdo
				R3. Medio		R3.Indiferente
				R4. Bajo		R4.En desacuerdo
				R5. Nulo		R5.Totalmente en desacuerdo
					SD2. Nivel de acuerdo con el gusto de la	R1.Totalmente de acuerdo

					experiencia de la ejecución y de sentirlo nuevamente	R2.De acuerdo	R3.Indiferente	R4.En desacuerdo	R5.Totalmente en desacuerdo	
					SD3. Nivel de acuerdo de la buena impresión que deja la experiencia	R1.Totalmente de acuerdo	R2.De acuerdo	R3.Indiferente	R4.En desacuerdo	R5.Totalmente en desacuerdo
					SD4. Nivel de acuerdo con lo valioso y reconfortante que es la experiencia	R1.Totalmente de acuerdo	R2.De acuerdo	R3.Indiferente	R4.En desacuerdo	R5.Totalmente en desacuerdo
Procedimiento: Preguntar										
	<b>V11. Nivel de experimentación de la motivación intrínseca</b>	R1- Nulo	D1. Nivel de acuerdo en participar en la clase de Educación Física porque es divertida	R1.Totalmente de acuerdo						
		R2- Bajo		R2.De acuerdo						
		R3-Medio		R3.Indiferente						
		R4- Alto		R4.En desacuerdo						
		R5- Muy Alto		R5.Totalmente en desacuerdo						
				D2. Nivel de acuerdo en participar en la clase de Educación Física porque disfruta aprendiendo	R1.Totalmente de acuerdo					
					R2.De acuerdo					
					R3.Indiferente					

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

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

## 2.3 Fuentes de datos

Samaja (1994) afirma que la selección de las fuentes de datos constituye un momento crucial en el diseño de la investigación científica, ya que las vías de acceso a los hechos mismos, plantean problemas de distintos niveles

conceptuales, la mayor parte debieron ponerse en la discusión durante el proceso de elaboración para el marco teórico.

La investigación se realizó con fuentes de datos primarias, administramos cuestionarios individuales a los estudiantes de educación física del Nivel medio de una escuela, pública en Córdoba Capital. De acuerdo a esto, la fuente de datos se cumple con las condiciones de “accesibilidad, factibilidad y viabilidad” (Samaja, 1994).

Accesibilidad: esta condición fue posible porque se pudo acceder a los datos obtenidos debido al contacto con los directivos de la escuela donde se realizaron las encuestas. Con la gestión del establecimiento pactamos los días y los horarios para poder realizar, primero la prueba piloto que fue en el mes de junio; luego de las vacaciones de invierno, se volvió a acordar una fecha para realizar la muestra final y completa, esto sucedió, en el mes de septiembre terminando en los primeros días del mes de octubre. De los ciento veinticuatro estudiantes.

El problema que se presentó fue que en los años más avanzados como 4to, 5to, 6to año se tenía una población de mayor cantidad de mujeres que varones, se debía juntar o llamar para completar los 22 cuestionarios, a los varones de otras divisiones por ejemplo los de la tarde que estaban ya en el curso en sus horas áulicas y como solo teníamos los cursos de la mañana en educación física y esto sucedía en el mismo horario de la escuela del turno tarde, se convocó más varones por la sugerencia de la profe de educación física que fue ella misma la que se encargó de gestionar este momento y así completar la muestra.

Los cuestionarios se administraron en el horario de educación física. Los docentes, el día de la encuesta, brindaron todo su apoyo y se encontraban interesados en la investigación.

Con respecto a la viabilidad de la fuente casi no ha presentado inconvenientes, ya que la escuela ofrece un solo nivel educativo (secundario), se eligió la institución por la cercanía de nuestro domicilio por el cual pudimos acordar y manejar mejor los tiempos con los directivos. Los/as estudiantes de nivel medio presentan absoluta coherencia con nuestras unidades de análisis, es decir, fue accesible estudiar en esta escuela nuestro objeto de estudio. Esta condición se construyó a partir de la interacción en la entrada al campo, con lo cual hay coherencia en el hecho y las consideraciones necesarias de este trabajo de

investigación, los datos empíricos obtenidos son para poder llegar a los objetivos establecidos.

A continuación detallamos las diferentes situaciones que se nos presentaron y las estrategias tomadas al respecto para resolver y unificar criterios y lograr así que los mismos sean viables para el análisis.

Luego de seleccionar la escuela secundaria donde se realizaría la investigación, se presentó una carta de presentación, para dar conocimiento de los objetivos y propósitos de la misma.

La administración de los cuestionarios (tanto pilotaje como muestra global). Como primera medida se concretó una prueba piloto con dos alumnos/as de cada curso, uno de sexo masculino y otro de sexo femenino los cuales fueron designados por el preceptor, y los llevamos a la secretaria el lugar de los preceptores, lo que permitió la intervención del investigador, los/as estudiantes debían tener voluntad de participar, para obtener datos confiables. De esta manera se logró obtener datos válidos para la investigación. En el trabajo de campo completo se acordó con los directivos de que debíamos hacerlo en los horarios de las clases de educación física, el investigador fue quien seleccionó los/as alumnos/as que cumplían con la condición de participación voluntaria en la realización del cuestionario.

Se realizó con los estudiantes de cada uno de los cursos del turno mañana los que asistieron institución en la clase de educación física, aceptaron voluntariamente participar del mismo. Si bien no fue factible administrar a todos los cursos el mismo día, para que la muestra tenga validez se organizaron los encuentros suficientes para cubrir desde 1° hasta 6° año. De esta manera poder cumplir con el criterio de viabilidad

Factibilidad, entendida como la posibilidad de producir la información que se espera obtener, explicamos de la manera más clara posible a los alumnos que las encuestas formaban parte de un trabajo de investigación como último tramo del camino a ser Licenciado en Educación Física, que la necesidad de sus respuestas y datos que nos proporcionarían serían de gran valor, ya que esa

recolección era con fines estadísticos; y que la sinceridad jugaba un rol fundamental en el contenido final.

Calidad de los datos: En el pilotaje se observó dificultad para el entendimiento de los/as alumnos/as con algunas palabras y se les fue explicando en el momento que surgieron las dudas. La información obtenida en los cuestionarios completados por los/as estudiantes favoreció la construcción de nuestra investigación. Así mismo la presencia del investigador durante la administración de los cuestionarios, y el completar conjuntamente la primera hoja del mismo favoreció la confiabilidad, debido a que se iban aclarando dudas y cuestionamientos hechos por los/as alumnos/as. En relación a la extensión del cuestionario fue una situación de desconformidad los/as estudiantes. Se les informó que contenía información muy valiosa para la investigación la cual debía ser completada en su totalidad.

Riqueza de los datos: el cuestionario informó de múltiples aspectos sobre variables motivacionales (orientación motivacional, motivación intrínseca, estado de flow, e intención futura de práctica) de la investigación. Es decir, el cuestionario abarca todas las dimensiones de las variables presentes.

Cantidad o cobertura de los datos: en esta investigación llevada a cabo en una sola institución educativa, a escala micro, los datos obtenidos son de una parte del universo establecido en la investigación. De acuerdo a esto, en las pruebas piloto se obtuvo información de solo 10 estudiantes, mientras que en la muestra total de la investigación, se definió una muestra de 124 alumnos/as. La escuela tenía una matrícula de estudiantes, 493 alumnos/as, lo que permitió tener un acceso rápido a la administración de la muestra.

Oportunidad de la información: El pilotaje fue realizado en el mes de julio durante las primeras semanas, el problema que surgió fue que cada vez que íbamos a la escuela a hacer la prueba piloto, antes de esta fecha, no se encontraban los directivos, para darnos la autorización correspondiente y, nos presentaran a los preceptores para poder entrar al aula y retirar los/as alumnos/as, cuando nos encontramos con los directivos ya era la semana previa al receso invernal, y las aulas que estaban con exámenes no nos permitían retirar a los/as alumnos/as. Otra desventaja que surgió fue que tuvimos que hacerlo en dos etapas porque el único lugar disponible era la preceptoría con un espacio físico reducido lo que no permitía la entrada de más de 6 alumnos/as para tomar la prueba piloto.

Comenzamos abarcando desde 1ro a 3ro, dos alumnos/as por año. Volvimos otro día por los cursos de la especialización: 4to, 5to y 6to año, esa tarde los alumnos/as de 5to año se encontraban de jornada fuera del establecimiento así que terminamos haciendo el pilotaje solo a 10 alumnos/as.

Se le cronometra el tiempo que tardó cada estudiante en contestar el cuestionario, el primero que terminó tardó un tiempo 6'33" y el último 15'32". De acuerdo a toda esta información obtenida se afinaron detalles para poder hacer la entrada al campo con la muestra total, esto fue una de las ventajas que obtuvimos para ir hacer la muestra total ya que íbamos más seguros y con experiencia previa.

De acuerdo al tiempo con que se dispone de los datos fue adecuada con los tiempos de la escuela para la investigación, ya que se dependía de la autorización de los directores y de la escuela y que los alumnos tuvieran presentes, para poder entrar a realizar los cuestionarios. Educación Física tienen las horas en contra turno, es decir, a la salida de su jornada escolar y luego de un recreo de 90 minutos. Para la muestra total, se acordó con los docentes administrar los cuestionarios en el inicio de la hora de Educación Física, una de las ventajas de este momento fue que, como no éramos parte de la institución la profe era la que imponía normas (deben escuchar y entender lo que explica la profe para que hagan las cosas bien) me presentaba con los/as estudiantes de la escuela, y eso hacía más fácil la explicación de lo que trataba la encuesta y para que servía la misma.

Esto sucedió desde el 23 de septiembre hasta las primeras semanas de octubre, administrando los cuestionarios a la muestra completa. Una de las desventajas de este momento fue que algunos cursos estaban en competencias intercolegiales festejando el día del alumno y debimos extendernos una semana más, y nuestro tiempo libre debía coincidir con el horario que tenían ellos educación física, es por eso, que también nos llevó dos semanas más de lo que esperábamos.

Economía de los datos: la recolección de datos fue en una escuela con cercanía a nuestro domicilio fue accesible, pero con un costo porque se debió hacer fotocopias para la realización de las encuestas, suministrándole al encuestado el material que constaba de 5 hojas fotocopias junto con la encuesta se le proveyó el lápiz negro con una goma adquirida previamente por el encuestador

y, que al terminar de completar todas la preguntas debían devolver el lápiz junto con la encuesta. Hubo un total de 134 encuestas, entre el pilotaje y la muestra. Se puede concluir el apartado citando a Samaja (1994), quien afirma que “las fuentes posibles de datos son al diseño de investigación lo que los materiales de construcción al diseño arquitectónico: Condiciones de posibilidad y límites severos” (Samaja, 1993, pág. 263).

## **2.4. Población y muestra**

La muestra se acotó en una población compuesta por 124 alumnos/as más los 10 del pilotaje, se pudo trabajar una total de 115 muestras, distribuidas en 48 varones y 67 mujeres de una escuela secundario de la ciudad de Córdoba Capital, con edades comprendidas de los 12 a los 20 años, todos los/as estudiantes estaban escolarizados de primero a sexto año de educación obligatoria.

La muestra, que representa al universo, comprende los estudiantes de educación física que cursan en nivel medio en una escuela Secundaria de Córdoba Capital cumple el criterio sustancial, ya que su estructura es análoga a la estructura del universo. Respecto al criterio de representatividad formal, el proyecto macro, del que somos parte, comprende diversas instituciones que conforman la muestra en escuelas secundarias de Argentina, aun así nuestra muestra a nivel micro está conformada por 115 (estudiantes).

A escala micro, el muestreo elegido para el universo definido como “Estudiantes de Educación Física de instituciones educativas de nivel medio del sistema educativo formal argentino” el cual corresponde a la U.A.( N.a.) fue probabilístico estratificado, no proporcional, ya que el mismo se refiere a un subgrupo en el que la población elegida se dividió en estratos, esto es por año de cursada (1° a 6° año) y por género (varón y mujer), “logrando mayor homogeneización de la muestra final” (Padua, 1994, pag.73). También nos permitió en el análisis de datos comparar los distintos segmentos. De este modo, al ser probabilística, todos los elementos de la población tienen la misma posibilidad de ser elegidos. Así mismo se optó por la opción de que sea no proporcional, donde la fracción de muestreo es igual para cada estrato (Padua, 1994, pag.73). Las cuotas de la

muestra quedan conformadas por los primeros 6 años y por los dos géneros en los que está dividida la muestra.

A continuación se detallan cada una de ellas y gráficos que la representan:

**Cuota 1**

**1.a** Varones de 1° Año: 10

**1.b** Mujeres de 1° Año: 10

**Cuota 2**

**2.a** Varones de 2° Año: 9

**2.b** Mujeres de 2° Año: 8

**Cuota 3**

**3.a** Varones de 3° Año: 9

**3.b** Mujeres de 3° Año: 13

**Cuota 4**

**4.a** Varones de 4° Año: 2

**4.b** Mujeres de 4° Año: 12

**Cuota 5**

**5.a** Varones de 5° Año: 10

**5.b** Mujeres de 5° Año: 6

**Cuota 6**

**6.a** Varones de 6° Año: 8

**6.b** Mujeres de 6° Año: 18

<b>Genero</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>Total general</b>
Varones	10	9	9	2	10	8	48
Mujeres	10	8	13	12	6	18	67
<b>Total general</b>	<b>20</b>	<b>17</b>	<b>22</b>	<b>14</b>	<b>16</b>	<b>26</b>	<b>115</b>

Tabla 1: Cuota

## 2.4.1 Distribución general de género varón y mujer

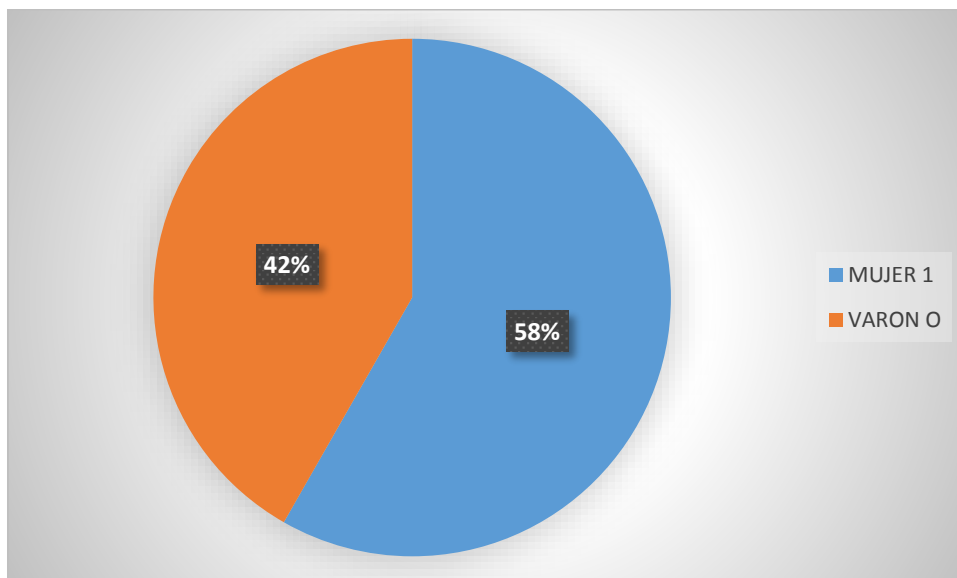


Gráfico 1. Porcentaje de sexo de la muestra

## 2.4.2 Distribución de cantidad total de género por año.

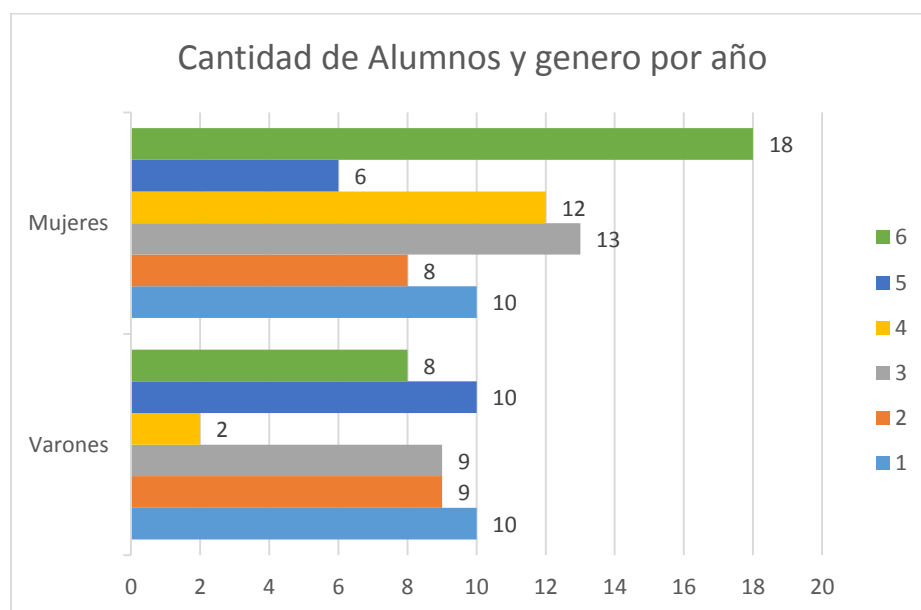


Gráfico 2. Distribución por género y año de cursado.

## 2.5. Instrumento para la producción de datos

En la recolección de datos los instrumentos utilizados fue el cuestionario de 72 ítems los cuales se dividen en:

11 Ítem detallados en la primera hoja del cuestionario los cuales poseen datos socio-demográficos (sexo, edad, colegio, calificación, gusto por la educación física, cantidad de días que realiza actividad física por más de 15 minutos y la

frecuencia con la que hace actividad física en tiempo libre), y 61 ítems que corresponden a las variables principales de la investigación: orientación motivacional, motivación intrínseca, estado de flow, intención de práctica futura. Cada uno de los ítems poseen una escala Likert cuya puntuación oscila entre 1= totalmente desacuerdo hasta 5 =totalmente de acuerdo (ver en anexo 1, cuestionario Q 1-A). Se trata de un cuestionario de “autoadministración”, esto significa que es el mismo alumno/a el que debe completar individualmente el documento después de haber recibido todas las indicaciones del administrador (ver anexo 2) para poder comenzar con la entrevista dependió de factores tales como:

- El objetivo de este cuestionario: se le explicó a las autoridades y a los/as alumnos/as encuestados/as, que la tarea de realizar la encuesta es porque sus respuestas permitirán obtener datos precisos sobre las variables (motivación intrínseca, orientación motivacional, el flow y la intención futura de actividad física y deporte), con este mismo cuestionario que van a completar pretendemos conocer qué piensan de la clase de Educación Física y del papel que juega la actividad física en la vida cotidiana. Eso provocó una motivación intrínseca por parte de todos/as los/as alumnos/as encuestados ya que todos/as quisieron participar para este trabajo.

- La encuesta: duró aproximadamente de 6 a 16 minutos, había algunos alumnos/as que demoraron menos, pero se observó que en algunos casos no leían las preguntas y respondían al azar.

- Desempeño y apariencia del entrevistador: debido a no ser parte de la escuela tomó tiempo llegar a contactarme con la directora y vice-directora de la escuela, en el momento que se pudo hacer la entrevista se le presento la carta (ver anexo 3 carta de presentación) con la encuesta (ver anexo 1) que se les iba hacer a los/as alumnos/as, una vez de acuerdo, las directoras pusieron fecha y hora para poder entrar al colegio hacer el pilotaje, presentándome con las/os preceptores de la institución.

Al realizar el ingreso a la misma y presentada a las/os preceptores la prueba del pilotaje debía arrancar sin problemas, eran dos alumnos/as por aula para esta prueba. Se les lee en voz alta cada ítem a responder, pudiendo consultar dudas que surgieran en el momento (ver anexo 4 explicaciones de administración de pilotajes).

La primera hoja que inicia el cuestionario (ver anexo 1) eran: sexo, la edad, curso, calificación anterior en la materia, tiempo libre, deportes y gustos sirvieron para que los/as encuestados/as se relajen y tengan confianza en el entrevistador. Cada encuestado/a lo realizó de manera voluntaria y al azar.

- Tipo de preguntas: de tipo cerradas con múltiples respuestas. Ya que al responder podían elegir varias alternativas (1: Totalmente en desacuerdo, 2: En desacuerdo, 3: Indiferente, 4: De acuerdo, 5: Totalmente de acuerdo).

- Lista de preguntas: Fueron simples y cortas, se utilizó un lenguaje adecuado al contexto y edad. En caso de dudas se les explicaba el significado, se seguía con una lógica. Las respuestas eran en base a una escala que ya se describió en el punto anterior, lo que permitió rapidez, fluidez y que el/la entrevistado/a no se maree con tantas respuestas.

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

- **Orientación motivacional (al ego/a la tarea)**

Fueron 16 ítems, las preguntas sobre orientación motivacional se basaron en la versión española del Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire-2 (Cuestionario de Clima Motivacional Percibido en el Deporte-2) (PMCSQ-2; Cecchini y Peña, 2005), adaptada a la educación física (González-Cutre, et al., 2008). La versión original de este cuestionario fue creada por Newton, Duda y Yin (2000). Las respuestas a dicho cuestionario son cerradas y se responden con una escala tipo Likert cuya puntuación oscila entre del 1 al 5 (siendo el 1: Totalmente en desacuerdo, 2: En desacuerdo, 3: Indiferente, 4: De acuerdo, 5: Totalmente de acuerdo).

- **Disposición a experimentar Flow**

Fueron 36 ítems, se utilizará un cuestionario basado en la Escala de Disposición al flow. Dispositional Flow Scale (DFS, por su sigla en inglés) de Jackson y Eklund (2002 en García Calvo, 2004), apoyada en la escala FSS. Esta herramienta mide la disposición a experimentar el estado de flow a partir de los siguiente nueve factores: equilibrio reto-habilidad, automatismo, claridad de objetivos, claridad en el feedback, concentración, sentimiento de control, pérdida de la auto-conciencia, distorsión del tiempo y experiencia autotélica. Está

compuesta por 36 ítems. Las respuestas a dicho cuestionario son cerradas y 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.

- **Motivación Intrínseca**

Se utilizó La medición de la variable motivación intrínseca se realiza con solo cuatro ítems de la Escala de Motivación Deportiva en su versión española (Bálager, Castillo y Duda, 2007). Esta herramienta mide la desmotivación, la motivación externa (regulación externa, introyectada e identificada) y la motivación intrínseca (hacia el conocimiento, la estimulación y la ejecución), compuesta de 28 ítems (cuatro para cada uno de los siete factores motivacionales mencionados). Las respuestas a dicho cuestionario fueron cerradas y se respondieron 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.

- **Intención de ser físicamente activo**

Se utilizó a partir de la medida de la intencionalidad para ser físicamente activo (Hein, 2006) en su versión española (Moreno, 2007). Está compuesta de 5 ítems para medir la intención del sujeto de ser físicamente activo tras su paso por las diversas instituciones educativas. Las respuestas a dicho cuestionario fueron cerradas y se responden con una escala tipo Likert cuya puntuación oscila entre 1= Totalmente en desacuerdo 2= En desacuerdo, 3= Indiferente, 4= De acuerdo y 5= Totalmente de acuerdo.

## **2.6. Plan de actividad en contexto**

En relación a la organización de las actividades de la investigación, en cuanto al tiempo y el espacio, el plan de las mismas se llevó a cabo “en contextos de terreno” (Samaja, 1994, pag. 300), ya que la información necesaria para la investigación se obtuvo en el lugar habitual del objeto de estudio, esto es en la escuela secundaria, pública de Córdoba capital.

Se comenzó con este trabajo de investigación a partir de marzo del 2014. Se dio la posibilidad en esta escuela por la cercanía del domicilio nuestro y se pudo

hacer la entrevista el 15 de mayo del 2014 con la Directora del establecimiento y luego con la Vice-directora, se les explico los procedimientos a seguir para el trabajo de investigación, así como la finalidad del mismo, demostrando las autoridades interés en que se logre dicha investigación. (se presenta la carta ver anexo 3) en dónde se pudo hacer la prueba de campo (los cuestionarios anexo 1).

La prueba piloto se realizó el día 1 de julio de 2014, acordando con preceptores de cada curso para que pudiéramos retirar los/as alumnos/as de primer año a sexto, se pudo hacer en cuatro veces por el hecho que debíamos hacerlo en la sala de preceptores del establecimiento por no tener un espacio adecuado para hacer el grupo completo, este siendo un total de 10 encuestados. En el encuentro con cada grupo de alumnos, se les explicó por qué y para qué fueron elegidos, (ver anexo 4), una vez completado el cuestionario, cada uno volvía a sus tareas áulicas.

En el mes de setiembre, el día 24 del 2014, se realiza la entrada de nuevo a la institución para hacer la prueba de campo completa, a diferencia de la prueba piloto esta se debe hacer en los horarios de clases en educación física que las misma directoras se encargaron de presentarme cada una de las docentes del área que son las que me iban a permitir concretar la prueba, la docente del aula me presentaba y comenzábamos a explicarle el cuestionario, se podía ir haciendo el trabajo los días sucesivos a la fecha siempre y cuando el curso a seguir tuviera clases en la escuela, eso era la misma profesora encargada de informarme si el aula siguiente estaba a sus respectivos horarios como el cronograma de horas de educación física indicaba.

Se finaliza el día 8 de octubre, completando los últimos cuestionarios en el aula de primero año y sexto años cada uno en sus respectivas aulas, que la misma docente de educación física me presento con las docentes que estaba en clase en ese momento para poder terminar la prueba ese día.

Se hace una entrada al campo con un total de 124 alumnos/as, incluida las 10 encuestas de la prueba piloto y de los cuales debieron ser descartados 19 cuestionarios por no estar completas o poco claras las respuestas.

<b>Actividad 1:</b> Concertación de entrevista (entrega de carta de presentación) al equipo directivo de la escuela.	Desde 15 de mayo del 2014
<b>Actividad 2:</b> Realización de entrevista con equipo directivo. Programación de fecha y horario para realizar el pilotaje. Programación de horarios tentativos para la muestra total en los horarios de las clases de educación física.	Del 26 de mayo del 2014
<b>Actividad 4:</b> Pilotaje: administración del instrumento con 12 estudiantes (2 de cada año)	Del 1 al 10 de julio de 2014
<b>Actividad 5:</b> Administración del cuestionario a muestra total	24 de setiembre 2014

## 2.7. Plan de tratamiento y análisis de datos

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

En este apartado donde es plantear como se fueron haciendo el tratamiento y dando el análisis de datos que se centraron principalmente en las variables según Samaja (1994), se analizó la matriz de datos en forma vertical.

Se realizado un análisis en base de estadísticas descriptivo, y con el mismo se realizó un tratamiento cuantitativo.

Las actividades se realizaron en secuencias, estas fueron las siguientes:

### **Procesamiento de la información:**

Lo realizamos en la planilla de cálculos Excel, del programa de Microsoft Office, confeccionada por el equipo de investigación dirigido por Coterón y Gómez. Agrupamos en filas las unidades de análisis y en las columnas los diferentes ítems del cuestionario administrado, corresponde a cada variable, dimensión o sub-dimensión diseñada en la matriz de datos, (ver anexo 5 manual

procedimiento para completar la planilla Excel y (ver anexo 6 la planilla con el procesamiento de datos completo).

### 2.7.1. Construcción de índices sumatorios de variables complejas

Se han construido índices sumatorios para todas las variables complejas a fin de poder elaborar un rango que permita relacionarlas, es decir, se transformaron los valores expresados en palabras de opinión (propias de un instrumento de recolección de datos) en valores numéricos que permitieron hacer tratamientos estadísticos.

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

### 2.7.2 Nivel de Orientación motivacional a la tarea

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

Nivel de orientación motivacional a la tarea	Nulo 8 Bajo 9 a 18 Medio 19 a 28	<b>D<sub>1</sub></b> : Nivel de acuerdo manifestado a la sensación de éxito en las clases de educación física, con respecto al esfuerzo que se es capaz de realizar para practicar una habilidad.
		<b>D<sub>2</sub></b> Nivel de acuerdo manifestado a la sensación de éxito en las clases de educación física, con respecto al aprendizaje de una nueva habilidad.
		<b>D<sub>3</sub></b> : Nivel de acuerdo manifestado a la sensación de éxito en las clases de educación física, con respecto al aprendizaje.
		<b>D<sub>4</sub></b> : Nivel de acuerdo manifestado a la sensación de éxito en las clases de educación física, con respecto al esfuerzo para el logro de nuevas habilidades.

	Alto 29 a 38	<b>D<sub>5</sub></b> : Nivel de acuerdo manifestado a la sensación de éxito en las clases de educación física, en cuanto al trabajo constante.
	Muy alto 39 y 40	<b>D<sub>6</sub></b> : Nivel de acuerdo manifestado a la sensación de éxito en las clases de educación física, con respecto a la intención de práctica, como consecuencia de un estímulo.
		<b>D<sub>7</sub></b> : Nivel de acuerdo manifestado a la sensación de éxito en las clases de educación física, con respecto a sentirse mejor como consecuencia de haber aprendido un ejercicio/habilidad.
		<b>D<sub>8</sub></b> : Nivel de acuerdo manifestado a la sensación de éxito en las clases de educación física, con respecto a desarrollar todas las habilidades propias.

### 2.7.3 Nivel de orientación motivacional hacia el ego

Para cada U.A se realizó la suma de los valores de las respuestas en el cuestionario referidas todas las dimensiones de esta variable (que comprenden valores del 1 al 5) y, acorde al resultado se encuadran en los diferentes niveles de orientación motivacional al ego.

Nivel de orientación motivacional al ego	Nulo 8	<b>D<sub>1</sub></b> : Nivel de acuerdo manifestado a la sensación de éxito en las clases de educación física, con respecto al esfuerzo que se es capaz de realizar para practicar una habilidad.
		<b>D<sub>2</sub></b> : Nivel de acuerdo manifestado a la sensación de éxito en las clases de educación física, con respecto al aprendizaje de una nueva habilidad.
		<b>D<sub>3</sub></b> : Nivel de acuerdo manifestado a la sensación de éxito en las clases de educación física, con respecto al aprendizaje.
	Bajo 9 a 18	<b>D<sub>4</sub></b> : Nivel de acuerdo manifestado a la sensación de éxito en las clases de educación física, con respecto al esfuerzo para el logro de nuevas habilidades.
	Medio 19 a 28	<b>D<sub>5</sub></b> : Nivel de acuerdo manifestado a la sensación de éxito en las clases de educación física, en cuanto al trabajo constante.
	Alto 29 a 38	<b>D<sub>6</sub></b> : Nivel de acuerdo manifestado a la sensación de éxito en las clases de educación física, con respecto a la intención de práctica, como consecuencia de un estímulo.
	Muy alto 39 y 40	<b>D<sub>7</sub></b> : Nivel de acuerdo manifestado a la sensación de éxito en las clases de educación física, con respecto a sentirse mejor como consecuencia de haber aprendido un ejercicio/habilidad.

		<b>D<sub>8</sub></b> : Nivel de acuerdo manifestado a la sensación de éxito en las clases de educación física, con respecto a desarrollar todas las habilidades propias.
--	--	--

### 2.7.4 Nivel de Flow

Para cada U.A se realizó la suma de los valores de las respuestas en el cuestionario referidas a todas las sub-dimensiones de esta variable (que comprenden valores del 1 al 5) y, esa suma se jerarquizó en una segunda instancia en los niveles nulo, bajo, medio alto y muy alto para nivelar cada subdimensión, siendo puntuadas de 1 a 5 para un posterior análisis. Estos valores de cada dimensión luego se suman para conformar el valor adquirido en el variable nivel de flow.

Nivel de Flow	Nulo: 9 Bajo: 10 a 20 Medio: 21 a 31 Alto: 32 a 42 Muy Alto: 43 a 45	<b>D<sub>1</sub></b> : Equilibrio entre habilidad y reto.	Nulo: 1 Bajo: 2 Medio: 3 Alto: 4 Muy Alto: 5	D <sub>1a</sub> : Nivel de acuerdo manifestado respecto al conocimiento de que en las clases de educación física, las habilidades propias le permitirán hacer frente al desafío que se le plantea.	Nulo 4 Bajo 5-9 Medio 10-14 Alto 15-19 Muy alto 20
				D <sub>1b</sub> : Nivel de acuerdo manifestado respecto al conocimiento de que en las clases de educación física, las habilidades propias están al mismo nivel de lo que exige la situación.	
				D <sub>1c</sub> : Nivel de acuerdo manifestado respecto a sentir que se es lo suficientemente bueno para hacer frente a las demandas de la situación en las clases de educación física.	
				D <sub>1d</sub> : Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física, las dificultades están en el mismo nivel que las habilidades propias para superarlas.	

		<b>D<sub>2</sub>:</b> Combinación/ unión de la acción y el pensamiento	Nulo: 1 Bajo: 2 Medio: 3 Alto: 4 Muy Alto: 5	D2a: Nivel de acuerdo manifestado con la realización en las clases de educación física, de gestos correctos de forma automática.	Nulo 4
				D2b: Nivel de acuerdo manifestado con la percepción de que las cosas suceden automáticamente en las clases de EF.	Bajo 5-9
				D2c: Nivel de acuerdo manifestado con que, en las clases de educación física, mi ejecución es automática.	Medio 10-14
				D2d: Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física, la realización de las cosas es espontánea y automática.	Alto 15-19
					Muy alto 20
		<b>D<sub>3</sub>:</b> Claridad de objetivos	Nulo: 1 Bajo: 2 Medio: 3 Alto: 4 Muy Alto: 5	D3a: Nivel de acuerdo manifestado respecto al conocimiento claro de lo que se quiere hacer en las clases de EF.	Nulo 4
				D3b: Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de EF, se tiene seguridad sobre lo que se quiere hacer.	Bajo 5-9
				D3c: Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física se sabe lo que se quiere conseguir.	Medio 10-14
				D3d: Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física, las metas están claramente definidas.	Alto 15-19
					Muy alto 20
		<b>D<sub>4</sub>:</b> Feedback claro y sin ambigüedades	Nulo: 1 Bajo: 2	D4a: Nivel de acuerdo manifestado respecto a tener realmente claro cómo se están realizando las ejecuciones en las clases de educación física.	Nulo 4 Bajo 5-9

			Medio: 3 Alto: 4 Muy Alto: 5	D4b: Nivel de acuerdo manifestado respecto a saber lo bien que se está haciendo algo en las clases de educación física D4c: Nivel de acuerdo manifestado respecto a tener buenos pensamientos de lo que se hace en las clases de educación física, mientras se realiza. D4d: Nivel de acuerdo manifestado respecto a la confirmación en la clase de educación física de una muy buena realización.	Medio 10-14 Alto 15-19 Muy alto 20
		<b>D5:</b> Concentración sobre la tarea que se está realizando	Nulo: 1 Bajo: 2 Medio: 3 Alto: 4 Muy Alto: 5	D5a: Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física, la atención está completamente enfocada en lo que se está realizando. D5b: Nivel de acuerdo manifestado respecto a poder mantener la mente en lo que está sucediendo sin esfuerzo durante las clases de educación física. D5c: Nivel de acuerdo manifestado respecto a tener una total concentración en las clases de educación física. D5d: Nivel de acuerdo manifestado respecto a estar totalmente concentrado/a en lo que se está haciendo, en las clases de educación física.	Nulo 4 Bajo 5-9 Medio 10-14 Alto 15-19 Muy alto 20
		<b>D6:</b> Sentimiento de control	Nulo: 1 Bajo: 2 Medio: 3 Alto: 4	D6a: Nivel de acuerdo manifestado respecto a tener la sensación de control sobre lo que se está haciendo en las clases de educación física. D6b: Nivel de acuerdo manifestado respecto al	Nulo 4 Bajo 5-9 Medio 10-14

			Muy Alto: 5	sentimiento de poder controlar, en las clases de educación física, lo que se está haciendo.	Alto 15-19
				D6c: Nivel de acuerdo manifestado respecto al sentimiento de control total, en las clases de educación física.	Muy alto 20
				D6d: Nivel de acuerdo respecto al sentimiento de control total del propio cuerpo, en las clases de educación física.	
		<b>D7:</b> Pérdida de cohibición o de autoconciencia	Nulo: 1 Bajo: 2 Medio: 3 Alto: 4 Muy Alto: 5	D7a: Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física, se le otorga igual importancia a lo que los/as demás puedan estar pensando de uno/a.	Nulo 4
				D7b: Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física, se le otorga igual importancia a lo que los demás puedan estar evaluando de uno/a.	Bajo 5-9
				D7c: Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física, se le otorga igual importancia a la imagen que se le da a lo/as demás	Medio 10-14
				D7d: Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física, se le otorga igual importancia a lo que los/as demás puedan estar pensando de uno/a.	Alto 15-19 Muy alto 20
		<b>D8:</b> Transformación en la percepción del tiempo	Nulo: 1 Bajo: 2 Medio: 3 Alto: 4	D8a: Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física, el tiempo pareciera alterarse (pasa más lento o más rápido).	Nulo 4 Bajo 5-9
				D8b: Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física, el	Medio 10-14

			Muy Alto: 5	paso del tiempo parece ser diferente al normal.	Alto 15-19
				D8c: Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física, se siente como el tiempo pasa rápidamente.	Muy alto 20
				D8d: Nivel de acuerdo manifestado respecto que, en las clases de educación física, se pierde la noción normal del tiempo.	
		D <sub>9</sub> : Experiencia autotética		D9a: Nivel de acuerdo manifestado respecto a que en las clases de educación física, realmente la experiencia resulta divertida	Nulo 4
			Nulo: 1 Bajo: 2	D9b: Nivel de acuerdo manifestado respecto a que en las clases de educación física, le gusta lo que experimenta en la ejecución y desea volver a sentirlo.	Bajo 5-9
			Medio: 3		Medio 10-14
			Alto: 4 Muy Alto: 5	D9c: Nivel de acuerdo manifestado respecto a que en las clases de educación física la experiencia deja una impresión satisfactoria.	Alto 15-19 Muy alto 20
				D9d: Nivel de acuerdo manifestado respecto a que en las clases de educación física, la experiencia es muy valiosa y reconfortante.	

### 2.7.5 Nivel de intención de futura práctica de actividad física-deportiva

Para cada U.A se realizó la suma de los valores de las respuestas en el cuestionario referidas todas las dimensiones de esta variable (que comprenden valores del 1 al 5) y, acorde al resultado se encuadran en los diferentes niveles de intención de futura práctica de actividad física

Nivel de intención de futura práctica de actividad física	Nulo 5	<b>D<sub>1</sub></b> : Nivel de interés manifestado por el desarrollo de la forma física.
	Bajo 6 a 11	<b>D<sub>2</sub></b> : Nivel de acuerdo manifestado por la práctica deportiva, al margen de las clases de Educación Física.
	Medio 12 a 17	<b>D<sub>3</sub></b> : Nivel de intención manifestada de formar parte de un club deportivo de entrenamiento al terminar el colegio.
	Alto 18 a 23	<b>D<sub>4</sub></b> : Nivel de intención manifestada por mantenerse físicamente activo/a, después de terminar el colegio.
	Muy alto 24 y 25	<b>D<sub>5</sub></b> : Nivel manifestado de prácticas habituales de deporte en el tiempo libre

### 2.7.6 Nivel de motivación intrínseca

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

Nivel de motivación intrínseca	Nulo 4	<b>D<sub>1</sub></b> : Nivel de acuerdo manifestado respecto a que la Educación Física es divertida.
	Bajo 5 a 9	<b>D<sub>2</sub></b> : Nivel de acuerdo manifestado respecto al disfrute al aprender nuevas habilidades.
	Medio 10 a 14	<b>D<sub>3</sub></b> : Nivel de acuerdo manifestado respecto a que la Educación Física es estimulante.
	Alto 15 a 19 Muy alto 20	<b>D<sub>4</sub></b> : Nivel de acuerdo manifestado con la satisfacción que se siente mientras se aprenden nuevas habilidades/técnicas

### 2.7.7. Análisis estadístico de cada variable

Las variables de base fueron analizadas a través de procedimientos estadísticos de frecuencia porcentual. A continuación se analizaron las variables complejas también por medio de procedimientos estadísticos de frecuencia porcentual y moda. En relación a la variable orientación motivacional, se consensuó con los demás profesores de la materia, desdoblarla en orientación motivacional al ego

y orientación motivacional a la tarea, para que de esta manera se pudieran obtener datos más específicos.

El análisis de cada variable de la matriz de datos “informa” sobre el comportamiento de nuestra población respecto de uno de sus aspectos relevantes. Es, en términos de la estadística, “una población de mediciones” y, como tal, determina una distribución de frecuencias mediante el promedio y la moda, de ese modo, inferir un conocimiento sobre la población como conjunto (Samaja, 1994).

Se analizó toda la muestra en general y posteriormente se analizó por cuotas (sexo y curso), para lograr una mayor relación de las variables. La sumatoria de cada variable se la ubico en los valores preestablecidos (1=nulo; 2=bajo; 3=medio; 4=alto; 5=muy alto) y a posterior analizarla estadísticamente.

### **2.7.8. Ilustración de los resultados con gráficos descriptivos**

En nuestra investigación se utilizaron gráficos de torta y barra para representar las frecuencias porcentuales y la relación de las mismas en barra y los porcentajes en tablas.

En las variables principales se utilizaron gráficos de barras para las frecuencias porcentuales y tablas para representar la moda.

Así mismo, se realizaron tablas de Excel para representar los valores de todos los análisis estadísticos realizados en nuestra investigación, los cuales son acompañados por cada grafico correspondiente.

### **2.7.9. Análisis de relación de variables**

En las variables bases fueron:

El análisis de las variables y la relación entre las mismas, tanto entre variables principales como de variables de base, se realizó coherentemente con lo propuesto en los objetivos de nuestra investigación.

Se realizaron los siguientes análisis de las variables:

- Nivel de orientación motivacional al ego de los/as estudiantes de Educación Física del nivel secundario del sistema educativo argentino.
- Nivel de orientación motivacional a la tarea de los/as estudiantes de Educación Física del nivel secundario del sistema educativo argentino.
- Nivel de flow de los/as estudiantes de Educación Física del nivel secundario del sistema educativo argentino
- Nivel de motivación intrínseca de los/as estudiantes de Educación Física del nivel secundario del sistema educativo argentino.

Nivel de intención futura de práctica de actividades físicas de los/as estudiantes de Educación Física del nivel secundario del sistema educativo argentino.

Se establecieron los siguientes análisis entre variables de base y variables complejas:

- Variable tabla de frecuencia sexo y año de cursada
- Variable frecuencia porcentual sexo y calificación por año
- Variable frecuencia porcentual gusto por la Educación Física y frecuencia porcentual por sexo.
- Variable frecuencia porcentual orientación al ego total, frecuencia porcentual por sexo.
- Variable flow frecuencia porcentual total, frecuencia porcentual por sexo y moda por sexo, frecuencia porcentual de cada dimensión y porcentual por sexo y año.
- Variable motivación intrínseca frecuencia porcentual total, frecuencia porcentual por sexo y moda por sexo.
- Variable intención de la práctica futura en actividad física – deportiva frecuencia porcentual total, frecuencia porcentual por sexo y moda por sexo

### 3. Tercera Parte: Análisis y conclusiones

#### 3.1. Exposición de Resultados

En este apartado se exponen los datos de las variables de base y luego de las variables principales de la investigación.

##### 3.1.1. Variables de Base

###### Año de cursada

La escuela seleccionada de nivel medio de Córdoba Capital tiene una orientación en bachillerato en turismo. El total de alumnos encuestados fue de 115. El 17,40% de los/as estudiantes asiste a 1º año, el 14,78% cursa el 2º año, otro 19,13% cursa el 3º año, el 12,17% asiste al 4º año, el 13,92% asiste al 5º año y el restante 22,60% cursa el 6º año. Estos datos se pueden observar en la tabla 2 el Grafico 3.

alumnos	alumnas	año cursada	alumnas/os	%
10	10	1 año	20	17,40%
9	8	2 año	17	14,78%
9	13	3 año	22	19,13%
2	12	4 año	14	12,17%
10	6	5 año	16	13,92%
8	18	6 año	26	22,60%
48	67		115	100,00%

Tabla 2 porcentual y cantidad de alumnos/as

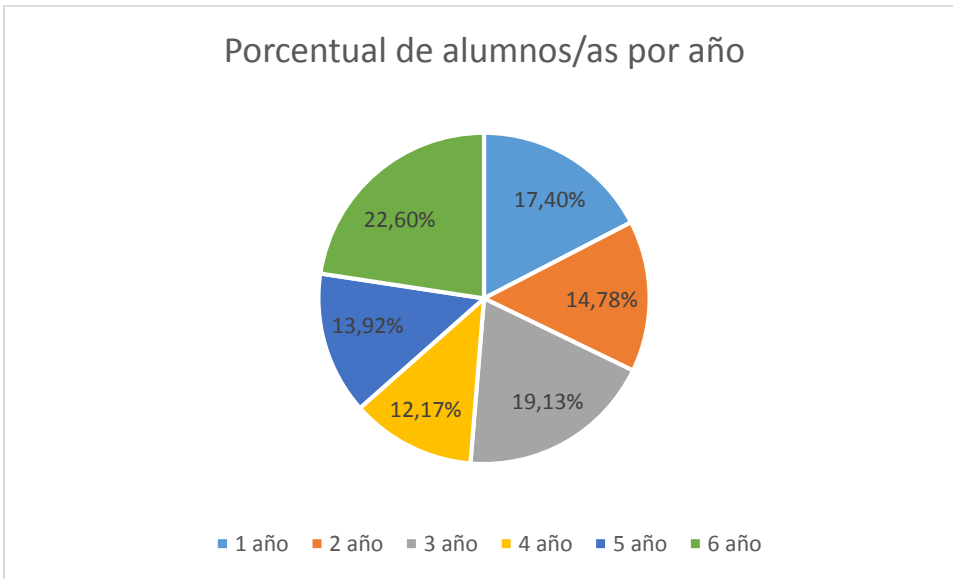


Grafico 3: Muestra = 115 alumnos porcentajes por año y cursada.

### Porcentaje de Sexo por Año de Cursada

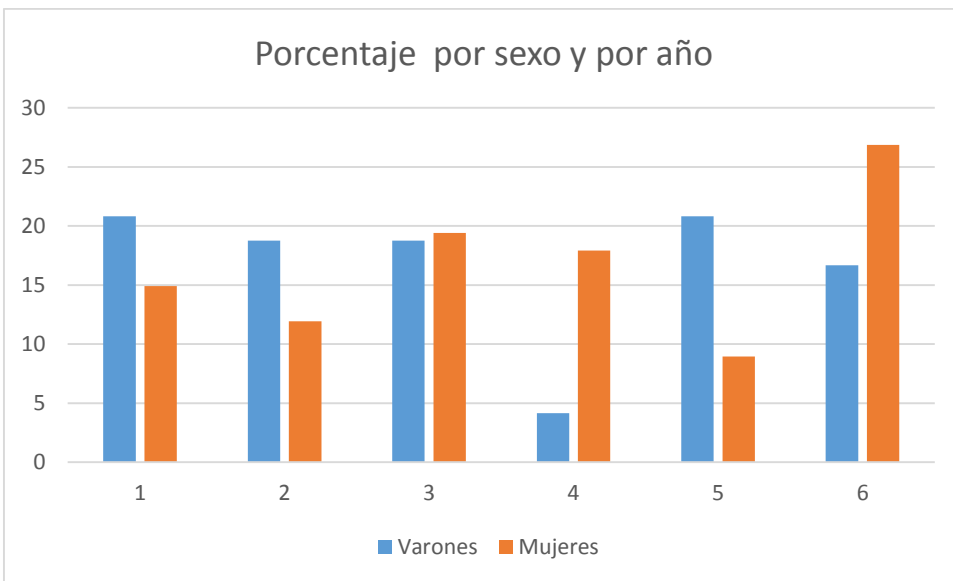


Grafico 4. Porcentaje de alumnos por sexo y año de cursada

### Calificación en Educación Física del año anterior

Se describe la calificación obtenida del año anterior por cantidad de alumno/a. Sólo 2 (dos) varones ha manifestado obtener 1 (uno) como calificación anual del año anterior, nadie ha manifestado haber recibido un 2 (dos) de calificaciones, solo 1 (una) mujer obtuvo la calificación 3 (tres), 3 (tres) mujeres obtuvieron un 4 (cuatro), 1 (Un) varón y 3 (tres) mujeres obtuvieron un 5 (cinco) en calificación,

4 (cuatro) varones y 9 (nueve) mujeres obtuvieron un 6 (seis) de calificación, 14 (catorce) varones y 22 (veintidós) mujeres obtuvieron 7 (siete) como calificación, 8 (ocho) varones y 19 (diecinueve) mujeres obtuvieron un 8 (ocho), 6 (seis) varones y 7 (siete) mujeres manifestaron obtener un 9 y 13 (trece) varones y 3 (tres) mujeres han obtenido como calificación anual un 10 (diez). Dicha información se ve representada en la tabla 2 y el gráfico 5.

Calificaciones	Varones	Mujeres	Total general
1	2		2
3		1	1
4		3	3
5	1	3	4
6	4	9	13
7	14	22	36
8	8	19	27
9	6	7	13
10	13	3	16
<b>Total general</b>	<b>48</b>	<b>67</b>	<b>115</b>

Tabla 3.

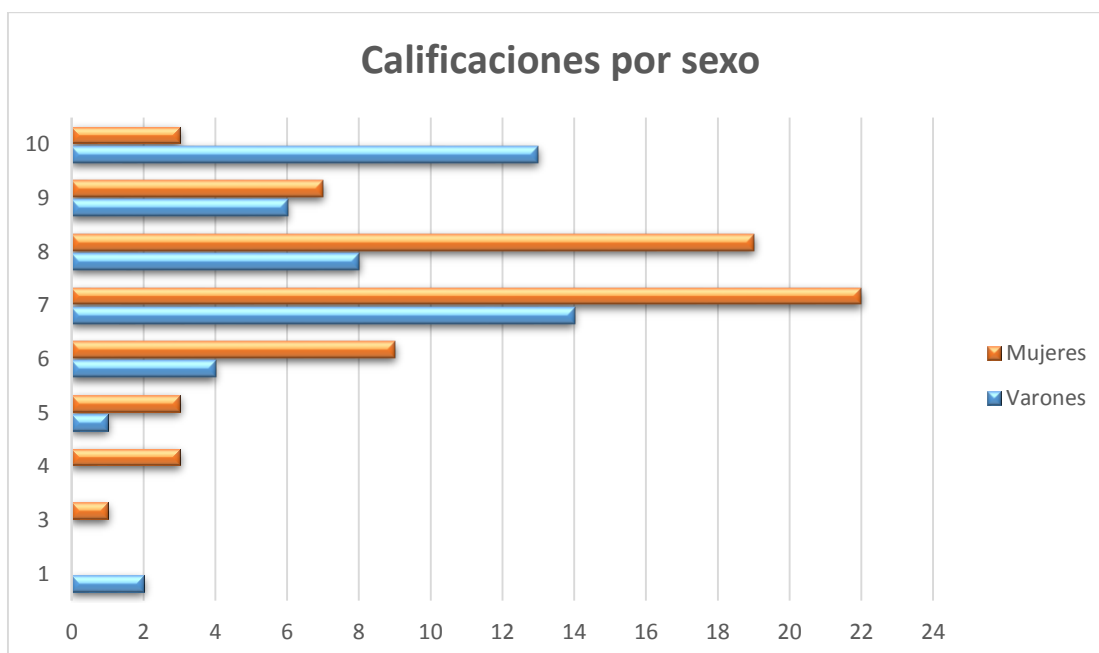


Gráfico 5. Cantidad, de calificación por sexo.

## Frecuencia porcentual de calificación general

Calificación del año anterior, solo 1,74% obtuvo 1 (uno) de calificación el año anterior, el 0,87% obtuvieron de calificación un 3(tres), el 2,61% lograron una calificación de 4(cuatro), el 3,48% obtuvieron un 5(cinco) como calificación, el 11,30% lograron una calificación de 6(seis), el 31,30% obtuvieron un 7 (siete) de calificación el año anterior, el 23,48% obtuvieron una calificación de 8 (ocho), el 11,30% lograron una calificación de 9 (nueve), y 13,91% lograron una calificación de 10 (diez) en el año anterior. Esta información se representa en la tabla 4. Gráfico 6.

calificación año anterior	Varones	Mujeres	%total
1	2		1,74%
3		1	0,87%
4		3	2,61%
5	1	3	3,48%
6	4	9	11,30%
7	14	22	31,30%
8	8	19	23,48%
9	6	7	11,30%
10	13	3	13,91%
total	48	67	100%

Tabla 4

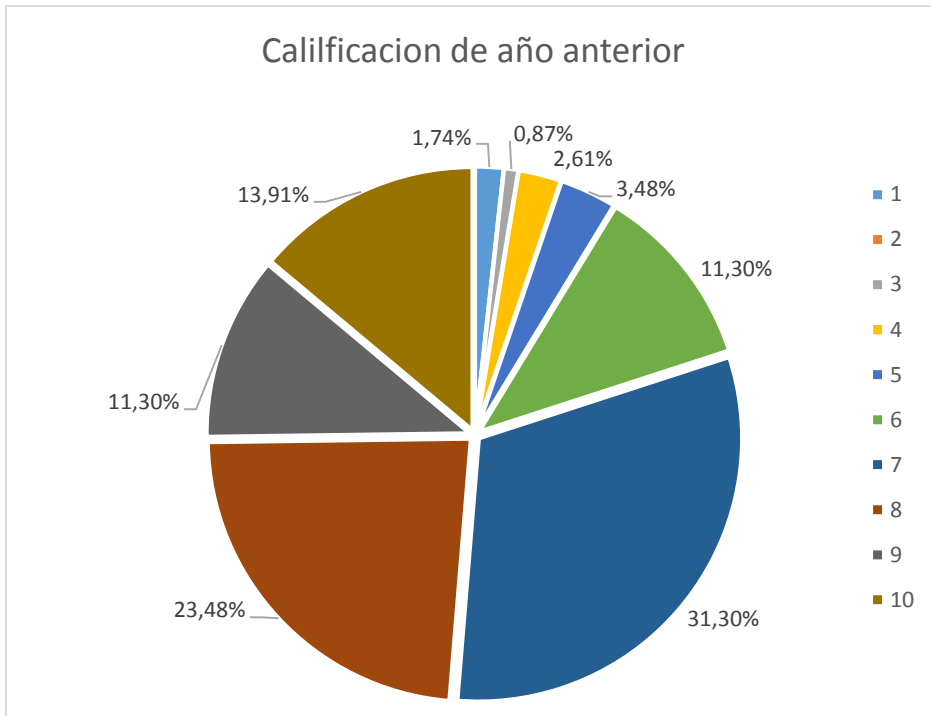


Grafico 6: Calificación año anterior

### **El gusto de educación física de los/as estudiantes**

Los estudiantes de la escuela pública del nivel secundaria han manifestado su gusto por la educación física: en el valor 1 y 2 fue en varones 1, en mujeres en el valor 1 dio 2 y en el valor 2 el gusto fue 7, en el valor 3 en varones el gusto fue 4 y en mujeres fue de 18, en el valor 4 en varones el gusto fue de 15 y en mujeres fue de 11 en el valor 5 en varones el gusto fue de 27 y en mujeres fue de 29. Estos datos están representados en el gráfico 7.

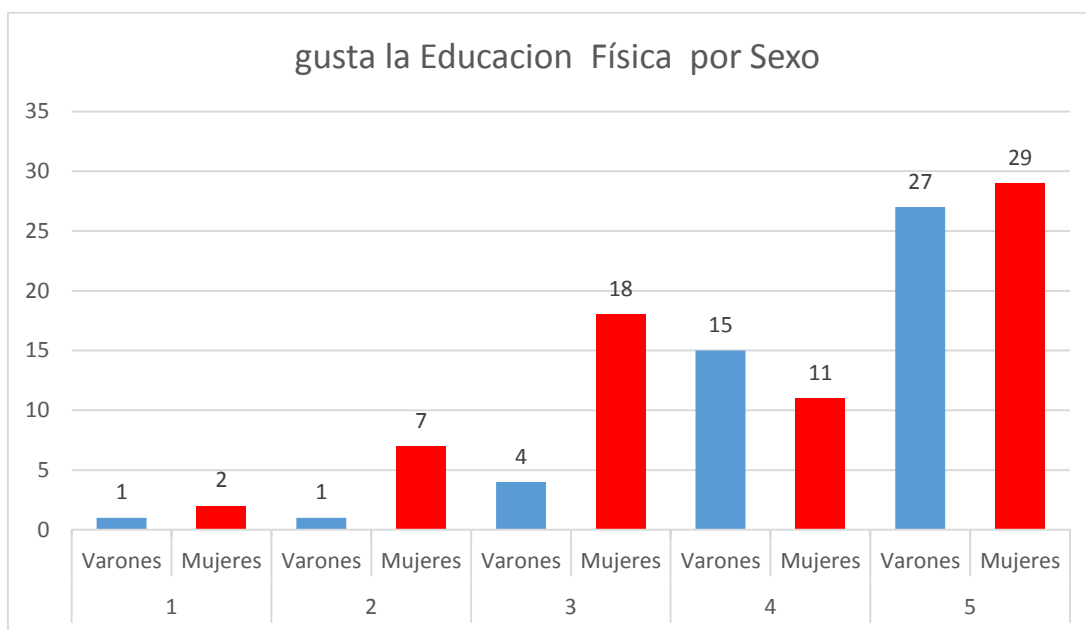


Grafico 7. Cantidad del gusto por la educacion fisica

### Frecuencia porcentual del gusto por la educación física.

Las estudiantes de nivel medio manifestaron su gusto por la educación física, y la respuesta de esta pregunta iba en valores del 1 al 5, el 2% fue la respuesta 1 (uno) no le gusta nada, el 7% respondió 2(dos), mientras que el 19% manifestó que su gusto en 3 (tres), el 23% expresó 4(cuatro) de gusto y el 49% respondió 5(cinco) de gusta. Esta información está representada en el gráfico 8.

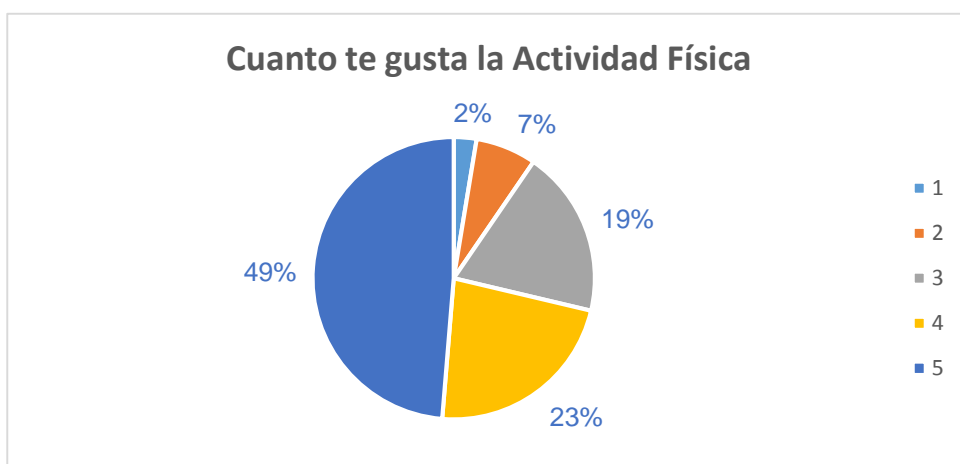


Grafico 8. Cuanto es el gusto por la educación física

## Porcentual del Gusto por Educacion Fisica por sexo

Del total de encuestados en el valor 1 (uno) del gusto por la educación física en varones fue 2,08% y en mujer 2,99%, el valor 2 (dos) en varones fue de 2,08% y en mujer 10,45%, en el valor 3 (tres) en varones fue de 8,33% y en mujeres 26,87%, el valor 4(cuatro) en varones fue de 31,25% y en mujeres 16,42%, y el valor 5 (cinco) en varones fue de 56,25% y en mujeres 43,28% esta informacion se presenta en la tabla 5.

Gusto	Genero	Cantidad	Porcentaje
1	Varones	1	2,08%
	Mujeres	2	2,99%
2	Varones	1	2,08%
	Mujeres	7	10,45%
3	Varones	4	8,33%
	Mujeres	18	26,87%
4	Varones	15	31,25%
	Mujeres	11	16,42%
5	Varones	27	56,25%
	Mujeres	29	43,28%
	<b>Total general</b>	<b>115</b>	
	mujeres	67	
	varones	48	

Tabla 5. Gusto por la Educación Física

### 3.1.2.-Variables complejas

#### 3.1.2.1. Nivel de orientación motivacional al ego

##### Frecuencia porcentual de orientación motivacional al ego

Del total de los encuestados/as un 0,87% manifestó que su nivel de orientación al ego en el valor nulo fue 18,26%, en el valor bajo fue de un 52,17%, en el valor medio en fue de 26,09%, en el valor muy alto fue de 2,61%. Estos datos se ven referenciados en el gráfico 9.

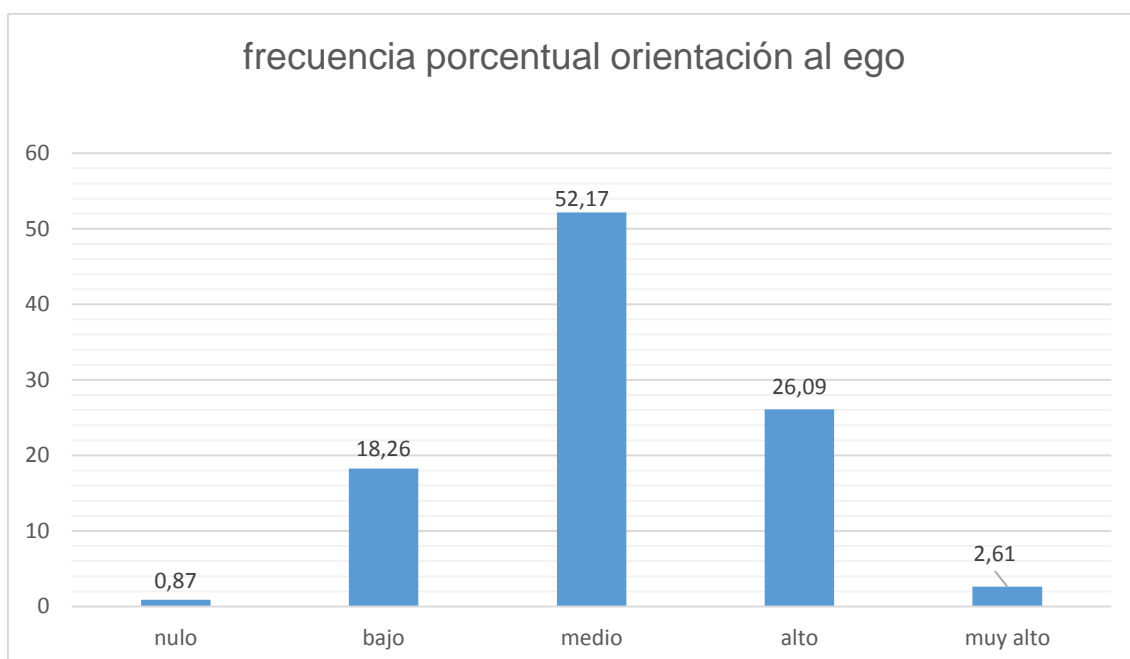


Gráfico 9: frecuencia porcentual general de orientación al ego.

##### Frecuencia porcentual del nivel orientación motivacional al ego por sexo

Del total de encuetados un 1,5% en varones, 0% en mujeres manifestó que su nivel de orientación al ego fue nulo, en el valor bajo fue 22,4% en varones, un 12,5% en mujeres, en el valor medio fue de un 53,7% en varones, un 50% en mujeres, en el valor alto fue de un 19,4% en varones, un 35,4% fue alto en su nivel de orientación al ego, un 3,0% en varones, un 2,1% en mujeres fue muy alto en su nivel de orientación al ego. Estos datos se ven referenciados en el gráfico 10.

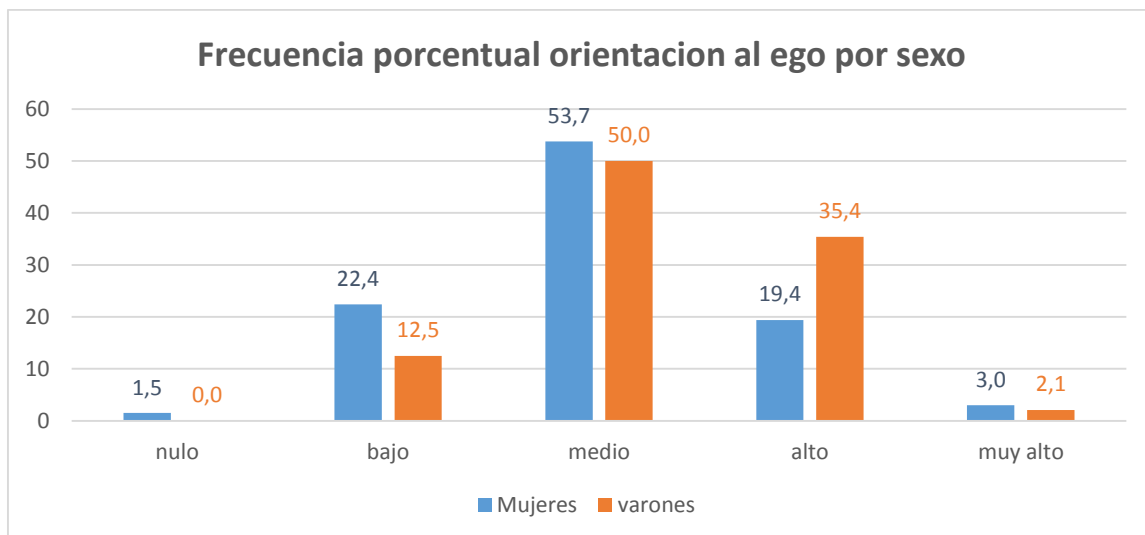


Grafico 10. Frecuencia porcentual orientación al ego por sexo

### Moda de orientación al ego

La moda según la muestra en nivel de Orientación motivacional al ego, en el ego 1 en varones fue de 3 un valor medio y de mujeres fue 4 es un valor alto, el ego 2 en varones fue 4 valor alto y en mujeres fue 4 valor alto, en el ego 3 fue en varones 3 un valor medio y en mujeres 1 valor nulo, en ego 4 fue de varones 3 un valor medio y en mujeres 1 valor nulo, en el ego 5 en varones fue 3 valor medio y en mujeres 3 valor medio, en el ego 6 fue de varones 5 valor muy alto y mujeres 3 valor medio, en el ego 7 en varones fue 4 valor alto y en mujeres 3 valor medio y en el ego 8 fue de varones 3 valor medio y de mujeres 3 valor medio. Estos datos están referenciados en la tabla 6.

Tabla 6. Moda de Orientación al ego

	Ego1	Ego2	Ego3	Ego4	Ego5	Ego6	Ego7	Ego8
Varones Moda	3	4	3	3	3	5	4	3
Mujeres Moda	4	4	1	1	3	3	3	3

### 3.1.2.2. Nivel de orientación motivacional a la tarea

#### Frecuencia porcentual general de orientación a la tarea

Del total de los encuestados/as un 0,87% manifestó que su nivel de orientación a la tarea es nulo 0%, bajo fue 0% su nivel de orientación a la tarea, un 22,6% fue medio en su nivel de orientación a la tarea, un 71,3% fue alto en su nivel de orientación a la tarea, 6,1% fue muy alto en su nivel de orientación a la tarea. Estos datos se ven referenciados en el gráfico 11.

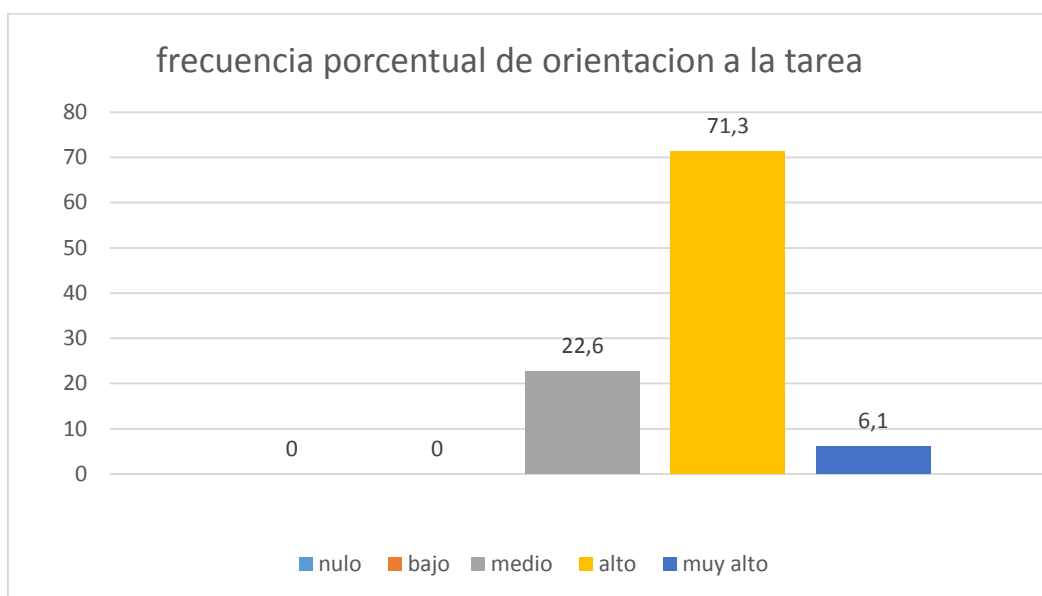


Gráfico 11. Frecuencia Porcentual general de orientación a la tarea

#### Frecuencia porcentual de orientación a la tarea por sexo

Del total de encuestados un 0% en varones, 0% en mujeres manifestó que su nivel de orientación a la tarea es nulo, el otro fue 0% en varones, un 0% en mujeres fue bajo su nivel de orientación a la tarea, un 23,8% en varones, un 20,8% en mujeres fue medio en su nivel de orientación a la tarea, un 70,1% en varones, un 72,9% fue alto en su nivel de orientación a la tarea, un 5,9% en varones, un 6,9% en mujeres fue muy alto en su nivel de orientación a la tarea. Estos datos se ven referenciados en el gráfico 12.

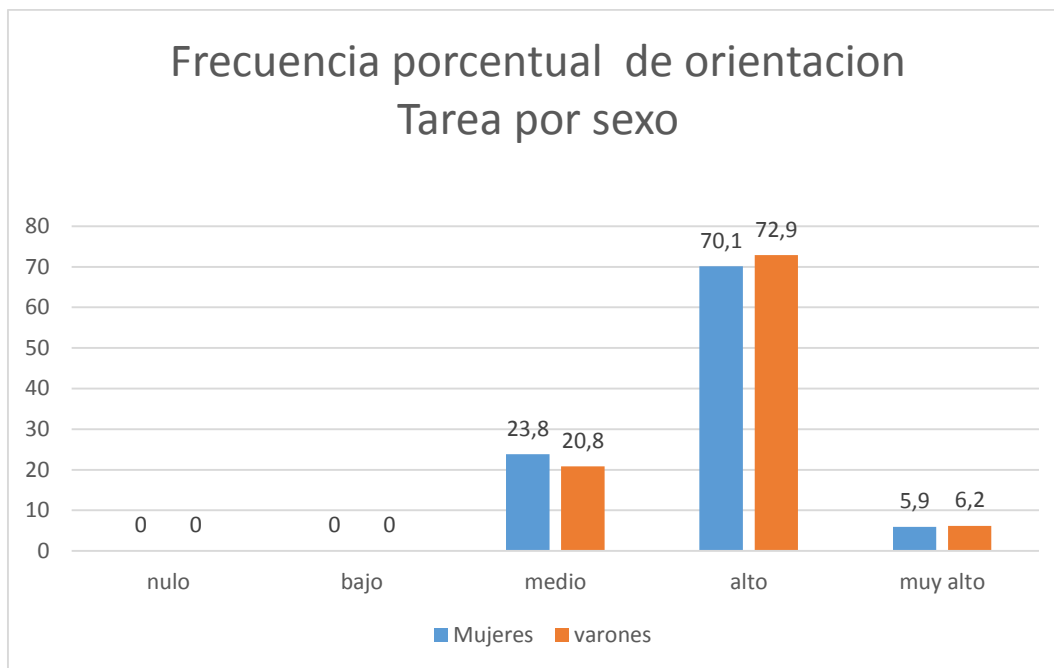


Grafico 12. Frecuencia porcentual orientación a la tarea por sexo

### Moda de orientación a la tarea

La moda según la muestra en nivel de Orientación motivacional a la tarea, en tarea 1 en varones fue 4 y de mujeres 4, tarea 2 en varones fue 4 y en mujeres 4, tarea 3 fue varones 4 y en mujeres 5, tarea 4 fue en varones 5 mujeres 5, tarea 5 en varones fue 4 y en mujeres 4, tarea 6 fue de varones 5 y de mujeres 4, tarea 7 fue en varones 4 en mujeres 4 y tarea 8 en varones 5 y en mujeres 5. A continuación se referencian en el en el gráfico de barra 13 y la tabla 7.

Tabla. Moda de orientación a la tarea por sexo

Genero	Tarea1	Tarea2	Tarea3	Tarea4	Tarea5	Tarea6	Tarea7	Tarea8
<b>Mujeres Moda</b>	4	4	5	5	4	4	4	5
<b>Varones Moda</b>	4	4	4	5	4	5	4	5

### 3.1.2.3. Nivel de Flow

#### Frecuencia porcentual general del flow

Del total de encuestados/as, con respecto a las 4 subdimensiones, en el flow 1 manifestó que en el valor nulo fue de 0% que en el valor bajo fue de 0% que en el valor medio fue de un 37,39% en el valor alto fue 57,39% y en el valor muy alto fue de 4,34 %. En el flow 2 manifestó que en el valor nulo fue de 0% en el valor bajo de 1,73% en el valor medio fue de 35,65% que en el valor alto fue de 61,73% y en el valor muy alto fue de 0,86%, en el flow 3 manifestó valor nulo 0% en el valor bajo 1,73% en el valor medio 37,39% en el valor alto fue de 58,26% y en el valor muy alto fue de 0,86%, en el flow 4 manifestó en el valor nulo 0% en el valor bajo fue de 3,47% en el valor medio fue de 42,6% en el valor alto fue de 51,3% y en el valor muy alto fue de 2,6%. Estos datos se podrán ver en el grafico 13.

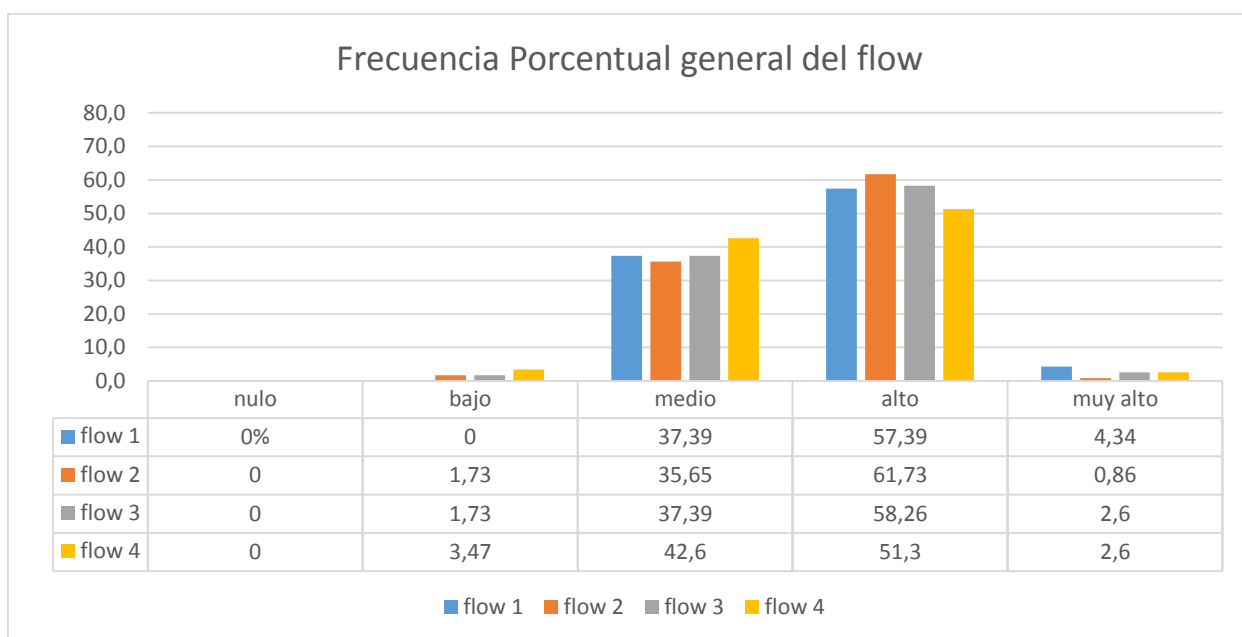


Gráfico 13 frecuencia porcentual general

#### Frecuencia porcentual por sexo del flow

Del total de encuestados en el flow 1 en varones el 0% manifestó un valor nulo, en el valor bajo fue de 0%, en el valor medio manifestó un 31,25%, en el valor

alto manifestó un 62,5% en el valor muy alto 6,25%. A continuación se observan en el gráfico 14.

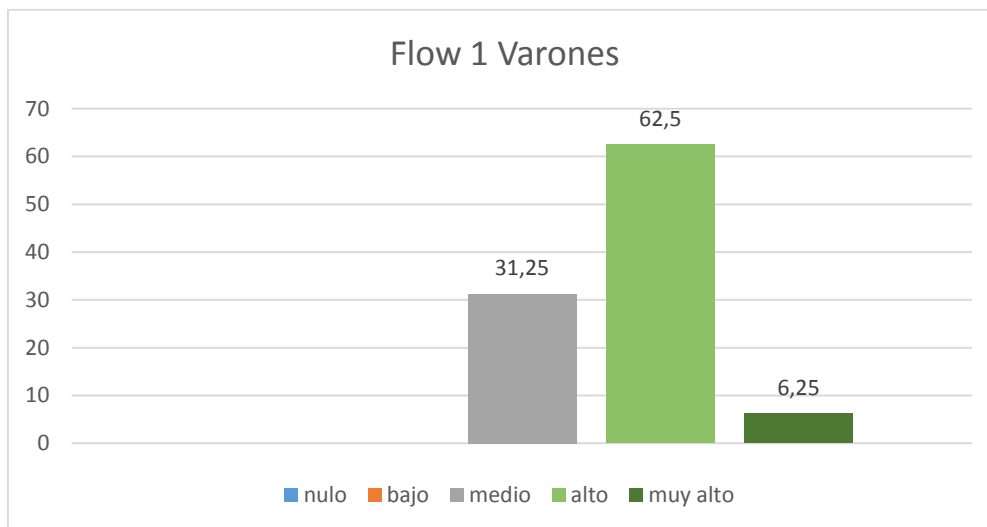


Gráfico 14. Flow 1 Frecuencia porcentual en varones

Del total de encuestados en el flow 2 en varones el 0% manifestó un valor nulo, en el valor bajo fue de 2,08%, en el valor medio manifestó un 29,16%, en el valor alto manifestó un 68,75% en el valor muy alto 0%. A continuación se observan en el gráfico 15.

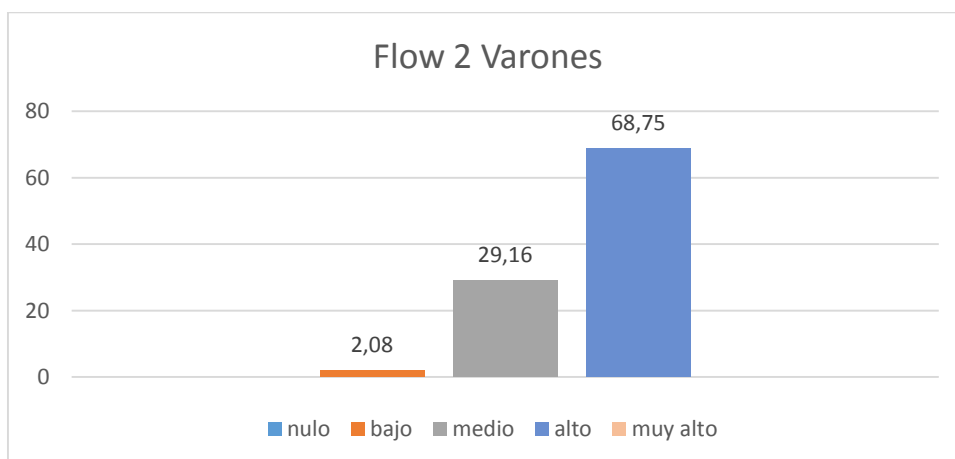


Gráfico 15. Flow 2 Frecuencia porcentual en varones

Del total de encuestados en el flow 3, en varones el 0% manifestó un valor nulo, en el valor bajo fue 0%, en el valor medio manifestó un 31,25%, en el valor alto manifestó un 68,75% en el valor muy alto 0%. A continuación se observan en el gráfico 16.

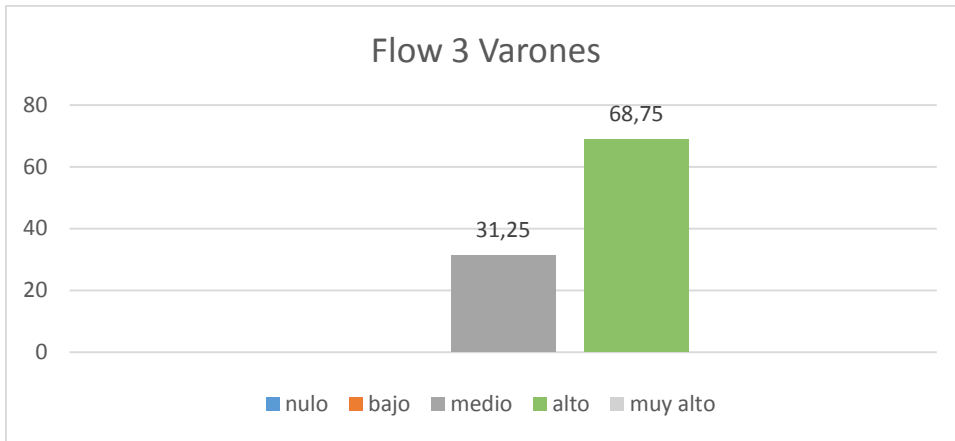


Gráfico 16. Flow 3 Frecuencia porcentual en varones

Del total de encuestados en el flow 4, en varones el 0% manifestó un valor nulo, en el valor bajo fue 0%, en el valor medio manifestó un 35,41%, en el valor alto manifestó un 64,58% en el valor muy alto 0%. A continuación se observan en el gráfico 17.

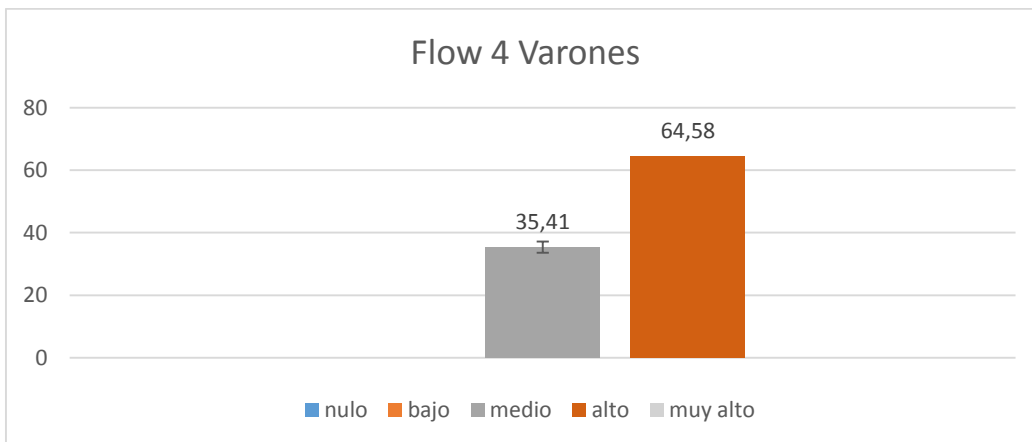


Gráfico 17 Flow 4 Frecuencia porcentual en varones

Del total de encuestados en el flow 1, en mujeres el 0% manifestó un valor nulo, en el valor bajo fue 1,49%, en el valor medio manifestó un 41,79%, en el valor alto manifestó un 53,73% en el valor muy alto 2,99%. A continuación se observan en el gráfico 18.

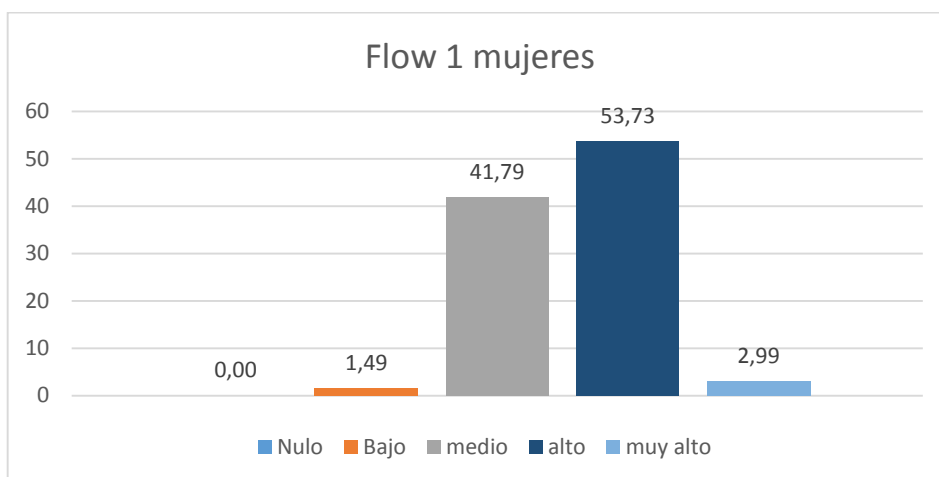


Grafico 18. Flow 1 Frecuencia porcentual en mujeres

Del total de encuestados en el flow 2, en mujeres el 0% manifestó un valor nulo, en el valor bajo fue 2,99%, en el valor medio manifestó un 38,81%, en el valor alto manifestó un 56,72% en el valor muy alto 1,49%. A continuación se observan en el gráfico 19.

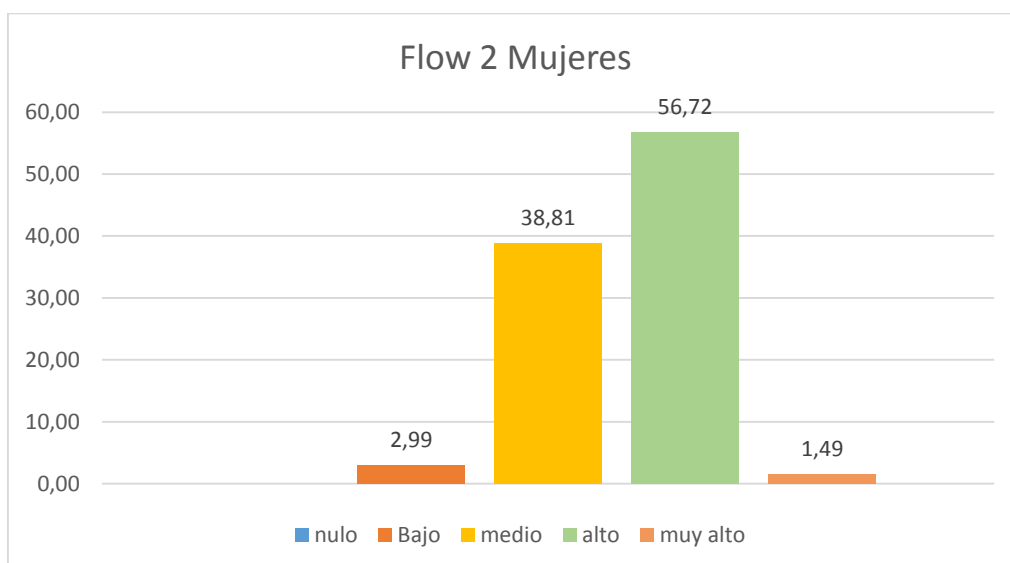


Gráfico 19. Flow 2 Frecuencia porcentual en mujeres

Del total de encuestados en el flow 3, en mujeres el 0% manifestó un valor nulo, en el valor bajo fue 2,99%, en el valor medio manifestó un 41,79%, en el valor alto manifestó un 50,75% en el valor muy alto 4,48%. A continuación se observan en el gráfico 19.

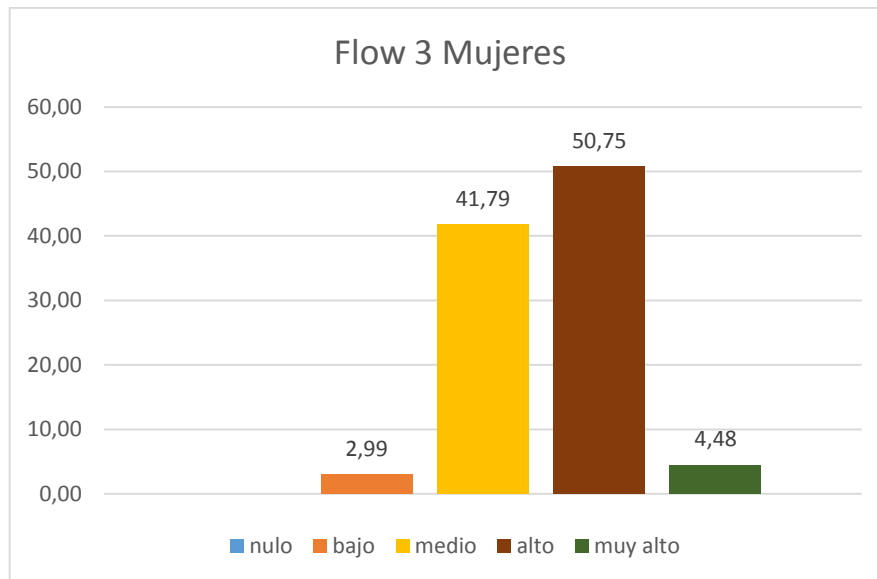


Grafico 20. Flow 3. Frecuencia porcentual en mujeres

Del total de encuestados en el flow 4, en mujeres el 0% manifestó un valor nulo, en el valor bajo fue 5,97%, en el valor medio manifestó un 47,76%, en el valor alto manifestó un 41,79% en el valor muy alto 4,48%. A continuación se observan en el gráfico 21.

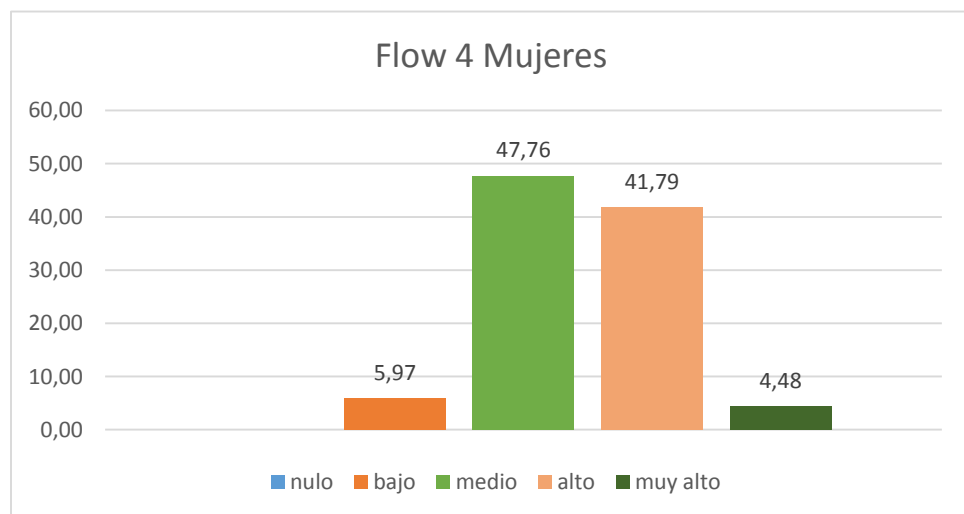


Gráfico 21. Flow 4 Frecuencia porcentual en mujeres

## Moda nivel de Flow por sexo

La moda según la muestra el nivel del flow, en Equilibrio1 (equilibrio entre habilidad y reto) en varones fue de 4 y en mujer 4, Automático 1 (automático combinación/unión de la acción y el pensamiento) en varones fue de 4 y en mujeres fue de 3, Objetivo 1 (claridad y objetivos) en varones la moda fue de 4 y en mujeres 4, Feedback 1 (feedback claro sin ambigüedad) en varones fue de 5 y en mujeres 4, Concentración 1 (concentración sobre la tarea que se está realizando) en varones fue de 4 y en mujeres de 4, Sentimiento 1 (sentimiento de control) en varones fue de 4 y en mujeres 4, Perdida 1 (perdida de cohibición o de autoconciencia) en varones 5 y en mujeres 4, Distorsión 1 (Transformación en la percepción del tiempo) en varones fue 3 y mujeres 3, Autotélica 1 (Transformación en la percepción del tiempo) en varones fue 4 y en mujeres fue 5. Estos datos están referenciados en la tabla 8.

sexo	Equilibrio1	Automa t1	Objet 1	Feedb 1	Concen t1	Sent.Cont r1	Pérdida 1	Distors 1	Autotel 1
Varón Moda	4	4	4	5	4	4	5	3	4
Mujer Moda	4	3	4	4	4	4	4	3	5

Tabla 8. Moda Flow 1

La moda según la muestra el nivel del flow, en Equilibrio2 (equilibrio entre habilidad y reto) en varones fue de 4 y en mujer 4, Automático 2 (automático combinación/unión de la acción y el pensamiento) en varones fue de 3 y en mujeres fue de 4, Objetivo 2 (claridad y objetivos) en varones la moda fue de 4 y en mujeres 4, Feedback 2 (feedback claro sin ambigüedad) en varones fue de 4 y en mujeres 3, Concentración 2 (concentración sobre la tarea que se está realizando) en varones fue de 4 y en mujeres de 4, Sentimiento control 2 (sentimiento de control) en varones fue de 4 y en mujeres 4, Perdida 2 (perdida de cohibición o de autoconciencia) en varones 5 y en mujeres 5, Distorsión 2 (Transformación en la percepción del tiempo) en varones fue 4 y mujeres 4, Autotélica 2 (Transformación en la percepción del tiempo) en varones fue 4 y en mujeres fue la moda 4. Estos datos están referenciados en la tabla 9.

Genero	Equilibrio2	Automat2	Objet2	Feedb2	Concent2	Sent.Cont r2	Pérdida2	Distors2	Autotel2
Varón Moda	4	3	4	4	4	4	5	4	4
Mujer Moda	4	4	4	3	4	4	5	4	4

Tabla 9. Moda Flow 2

La moda según la muestra el nivel del flow, en Equilibrio3 (equilibrio entre habilidad y reto) en varones fue de 4 y en mujer 3, Automático 3 (automático combinación/unión de la acción y el pensamiento) en varones fue de 4 y en mujeres fue de 2, Objetivo 3 (claridad y objetivos) en varones la moda fue de 4 y en mujeres 4, Feedback 3 (feedback claro sin ambigüedad) en varones fue de 5 y en mujeres 4, Concentración 3 (concentración sobre la tarea que se está realizando) en varones fue de 5 y en mujeres de 4, Sentimiento control 3 (sentimiento de control) en varones fue de 4 y en mujeres 4, Perdida 3 (perdida de cohibición o de autoconciencia) en varones 4 y en mujeres 4, Distorsión 3 (Transformación en la percepción del tiempo) en varones fue 4 y mujeres4, Autotélica 3 (Transformación en la percepción del tiempo) en varones fue 4 y en mujeres la moda fue 5. Estos datos están referenciados en la tabla 10.

Genero	Equilibrio3	Automat3	Objet3	Feedb3	Concent3	Sent.Cont r3	Pérdida3	Distors3	Autotel3
Varón Moda	4	4	4	5	5	4	4	4	4
Mujer Moda	3	2	4	4	4	4	4	4	5

Tabla 10. Moda Flow 3

La moda según la muestra el nivel del flow, en Equilibrio 4 (equilibrio entre habilidad y reto) en varones la moda fue de 4 y en mujer fue 4, Automático 4 (automático combinación/unión de la acción y el pensamiento) en varones fue de 4 y en mujeres fue de 3, Objetivo 4 (claridad y objetivos) en varones la moda fue de 3 y en mujeres 3, Feedback 4 (feedback claro sin ambigüedad) en varones fue de 4 y en mujeres 3, Concentración 4 (concentración sobre la tarea que se está realizando) en varones fue de 4 y en mujeres 3, Sentimiento control 4 (sentimiento de control) en varones fue de 4 y en mujeres 4, Perdida 4 (perdida

de cohibición o de autoconciencia) en varones 4 y en mujeres 5, Distorsión 4 (Transformación en la percepción del tiempo) en varones fue 3 y mujeres 3, Autotélica 4 (Transformación en la percepción del tiempo) en varones fue 5 y en mujeres la moda fue 4. Estos datos están referenciados en la tabla 11.

Genero	Equilibrio 4	Automat 4	Objeto 4	Feed 4	Concent 4	Sent.Contr 4	Pérdida 4	Distors 4	Autotel 4
Varón Moda	4	4	3	4	4	4	4	3	5
Mujer Moda	4	3	3	3	3	4	5	3	4

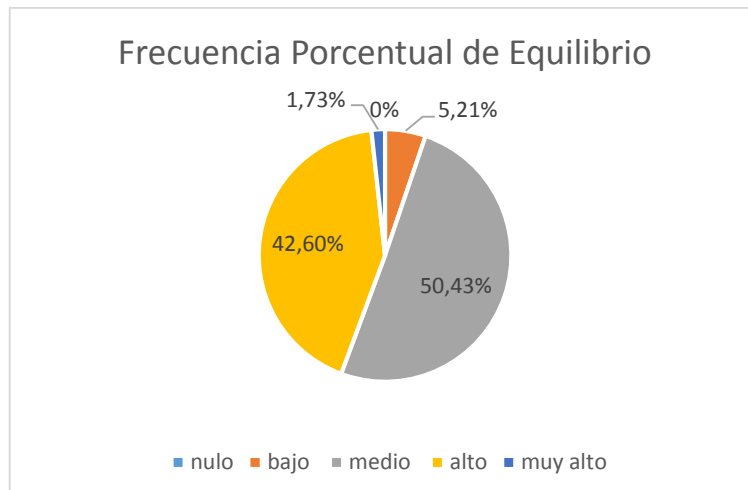
Tabla 11. Moda Flow 4

### Frecuencia Porcentual en la Dimensión 1 Equilibrio general

Según lo encuestado la dimensión equilibrio, manifestó en el valor nulo 0%, en el valor bajo fue 5,21%, en el valor medio fue 50,43%, en el valor alto fue de 42,60%, en el valor muy alto 1,73%. Estos datos están representado en la tabla 12 y en grafico 22.

Valor	alumnos	Fr. Porcentual
Nulo	0	0%
Bajo	6	5,21%
Medio	58	50,43%
Alto	49	42,60%
Muy Alto	2	1,73%
<b>Total</b>	<b>115</b>	<b>100%</b>

Tabla12.Frecuenciaporcentual de flow. Equilibrio



**Grafico 22: frecuencia equilibrio**

### **Frecuencia Porcentual general en la Dimensión 2 Automático**

Según lo encuestado la dimensión automático, manifestó en el valor nulo 0%, en el valor bajo fue 10,43%, en el valor medio fue 58,26%, en el valor alto fue de 30,43%, en el valor muy alto 0,86%. Estos datos están representado en la tabla 13 y en grafico 23.

Valor	Alumnos	frec. Porcentual
Nulo	0	0%
Bajo	12	10,43%
Medio	67	58,26%
Alto	35	30,43%
Muy Alto	1	0,86%
<b>Total</b>	<b>115</b>	<b>100%</b>

Tabla 13. Frecuencia porcentual de flow. Automático

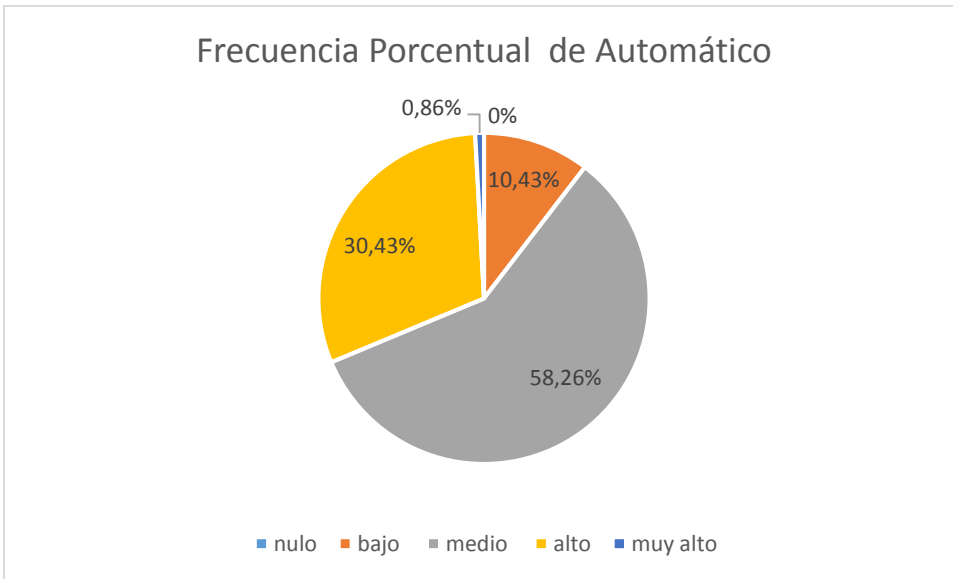


Gráfico23. Flow dimensión 2

### **Frecuencia Porcentual general en la Dimensión 3 Objetivo**

Según lo encuestado la dimensión objetivo, manifestó en el valor nulo 0%, en el valor bajo fue 3,47%, en el valor medio fue 28,69%, en el valor alto fue de 60%, en el valor muy alto 7,82%. Estos datos están representado en la tabla 12 y en grafico 24.

Valor	Alumnos	Fr. Porcentual
Nulo	0	0%
Bajo	4	3,47%
Medio	33	28,69%
Alto	69	60%
Muy Alto	9	7,82%
<b>Total</b>	<b>115</b>	<b>100%</b>

Tabla 14. Frecuencia porcentual de flow. Objetivo

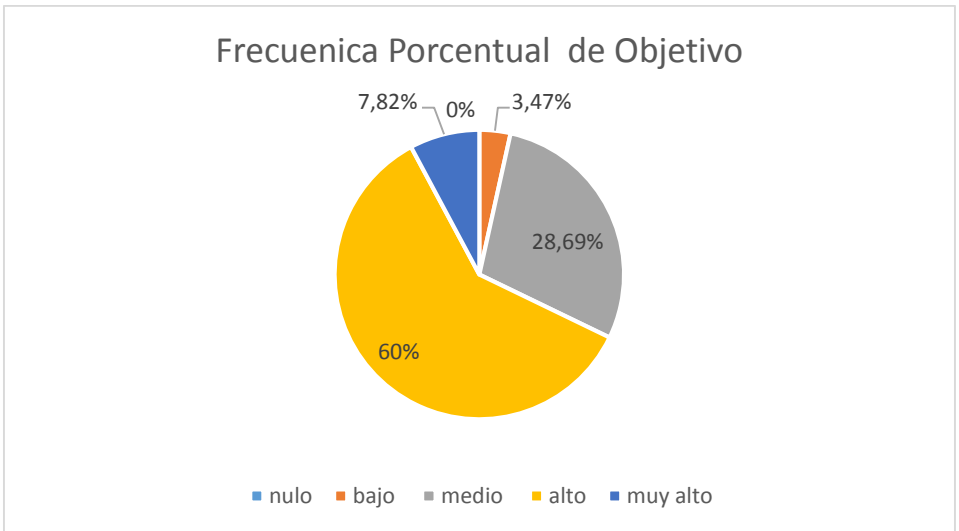


Gráfico24. Flow dimensión 3

**Frecuencia Porcentual general en la Dimensión 4 Feedback**

Según lo encuestado la dimensión feedback, manifestó en el valor nulo 0%, en el valor bajo fue 6,08%, en el valor medio fue 36,52%, en el valor alto fue de 54%, en el valor muy alto fue 3,47%. Estos datos están representado en la tabla 15 y en grafico 25.

Valor	Alumnos	Fr. Porcentual
Nulo	0	0%
Bajo	7	6,08%
Medio	42	36,52%
Alto	62	54%
Muy Alto	4	3,47%
<b>Total</b>	<b>115</b>	<b>100%</b>

Tabla 15. Frecuencia porcentual flow. Objetivo

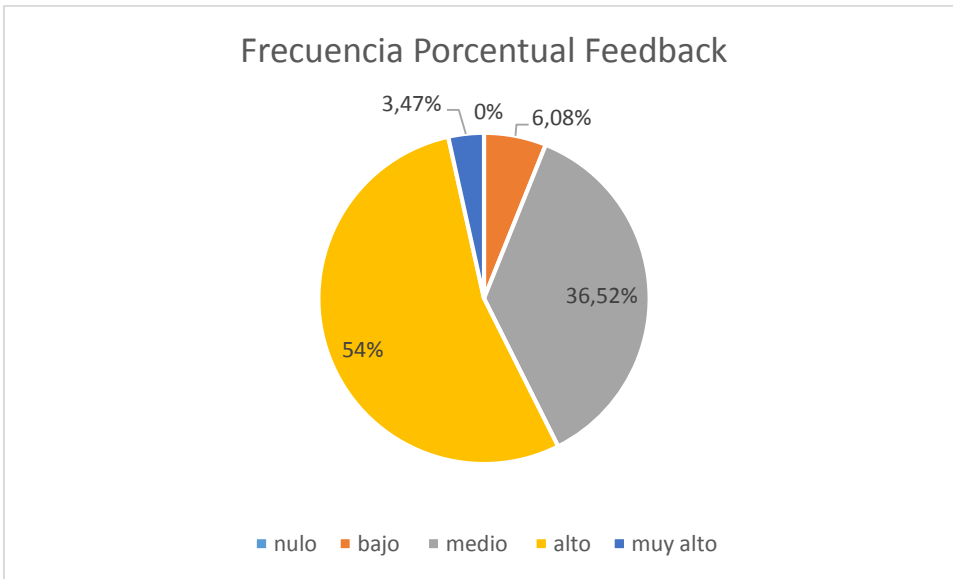


Gráfico25. Flow dimensión 3

### Frecuencia Porcentual general en la Dimensión 5 Concentración

Según lo encuestado la dimensión concentración, manifestó en el valor nulo 0%, en el valor bajo fue 4,34%, en el valor medio fue 33,04%, en el valor alto fue de 60%, en el valor muy alto fue 2,60%. Estos datos están representado en la tabla 14 y en grafico 28.

Valor	Alumnos	Fr. Porcentual
Nulo	0	0%
Bajo	5	4,34%
Medio	38	33,04%
Alto	69	60%
Muy Alto	3	2,60%
<b>Total</b>	<b>115</b>	<b>100%</b>

Tabla 16. Frecuencia porcentual flow. Concentración

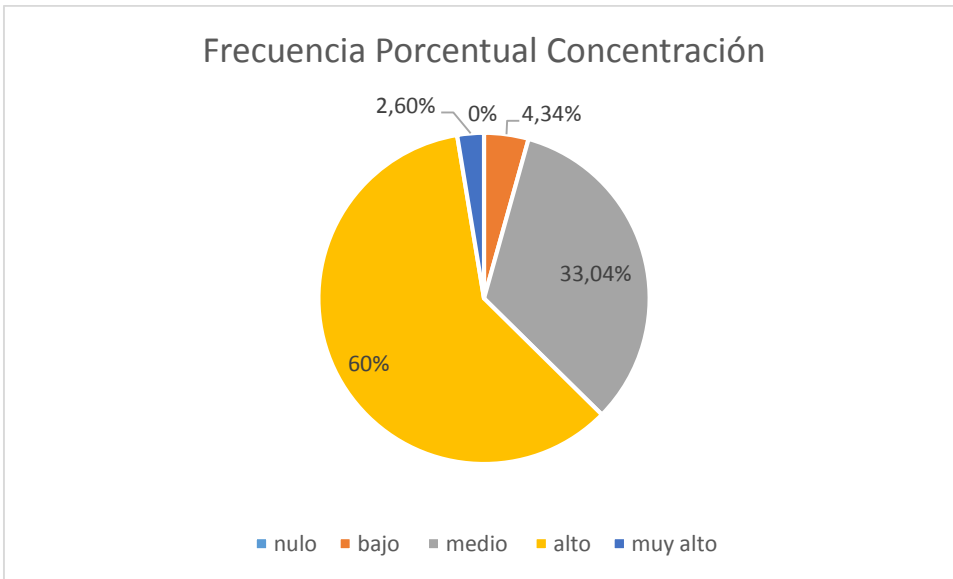


Gráfico 26. Flow dimensión 5

### **Frecuencia Porcentual general en la Dimensión 6 Sentimiento de Control**

Según lo encuestado la dimensión sentimiento de control, manifestó en el valor nulo 0%, en el valor bajo fue 5,21%, en el valor medio fue 44,34%, en el valor alto fue de 47%, en el valor muy alto fue 3,47%. Estos datos están representado en la tabla 17 y en grafico 27.

Valores	Alumnos	Fr. Porcentual
Nulo	0	0%
Bajo	6	5,21%
Medio	51	44,34%
Alto	54	47%
Muy Alto	4	3,47%
total	115	100%

Tabla 17. Frecuencia porcentual flow. Sentimiento de control

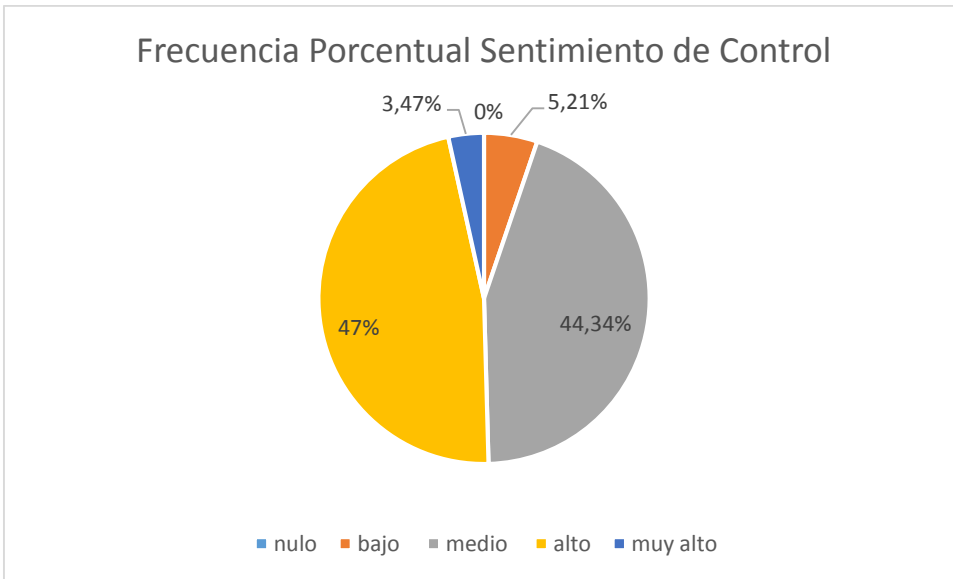


Gráfico27. Flow dimensión 6

### **Frecuencia Porcentual general en la Dimensión 7 Perdida**

Según lo encuestado la dimensión perdida, manifestó en el valor nulo 3%, en el valor bajo fue 14,78%, en el valor medio fue 26,95%, en el valor alto fue de 47%, en el valor muy alto fue 7,82%. Estos datos están representado en la tabla 18 y en grafico 29.

Valores	Alumnos	Fr. Porcentual
Nulo	4	3%
Bajo	17	14,78%
Medio	31	26,95%
Alto	54	47%
Muy Alto	9	7,82%
<b>Total</b>	<b>115</b>	<b>100%</b>

Tabla 18. Frecuencia porcentual flow. Perdida

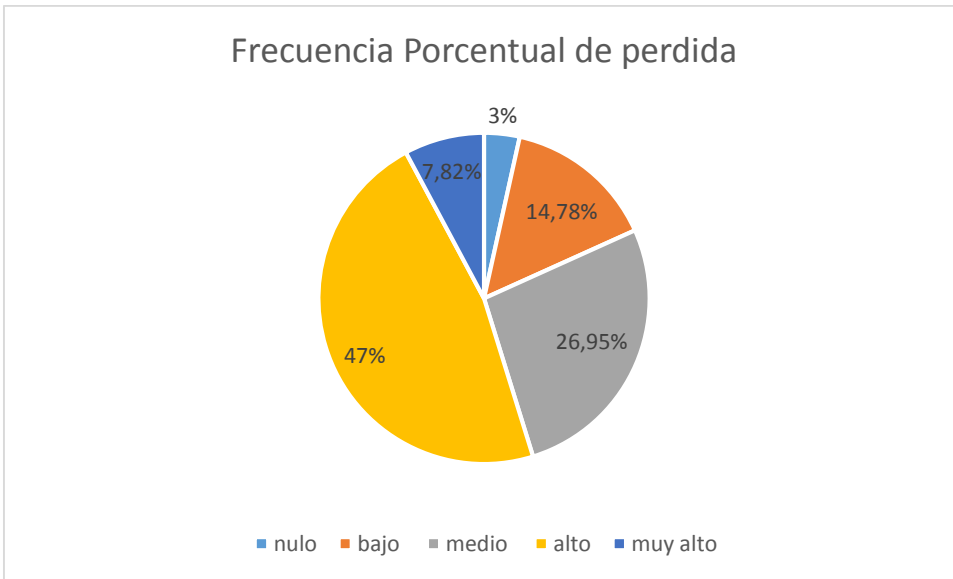


Gráfico28. Flow dimensión 7

### **Frecuencia Porcentual general en la Dimensión 8 Distorsión**

Según lo encuestado la dimensión distorsión, manifestó en el valor nulo 1%, en el valor bajo fue 6,95%, en el valor medio fue 43,47%, en el valor alto fue de 40%, en el valor muy alto fue 8,69%. Estos datos están representado en la tabla 19 y en grafico 29.

valores	Alumnos	Fr. Porcentual
Nulo	1	1%
Bajo	8	6,95%
Medio	50	43,47%
Alto	46	40%
Muy Alto	10	8,69%
<b>Total</b>	<b>115</b>	<b>100%</b>

Tabla 19. Frecuencia porcentual flow. Distorsión

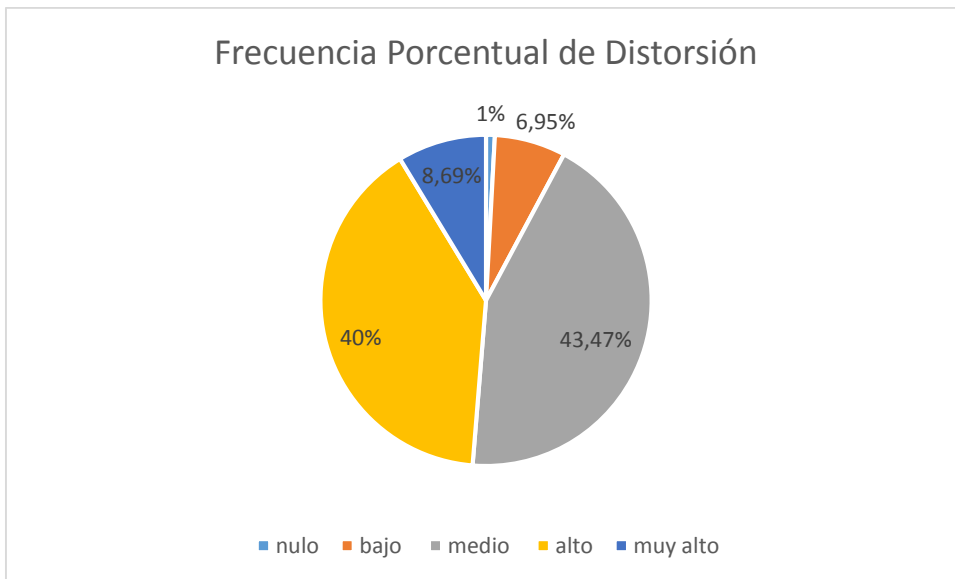


Gráfico29. Flow dimensión 8

### **Frecuencia Porcentual general en la Dimensión 9 Autotética**

Según lo encuestado la dimensión autotética, manifestó en el valor nulo 0%, en el valor bajo fue 3,47%, en el valor medio fue 28,69%, en el valor alto fue de 62%, en el valor muy alto fue 6,08%. Estos datos están representado en la tabla 20 y en grafico 30.

Valores	Alumnos	Fr. Porc.
Nulo	0	0%
Bajo	4	3,47%
Medio	33	28,69%
Alto	71	62%
Muy Alto	7	6,08%
total	115	100%

Tabla 20. Frecuencia porcentual flow. Distorsión

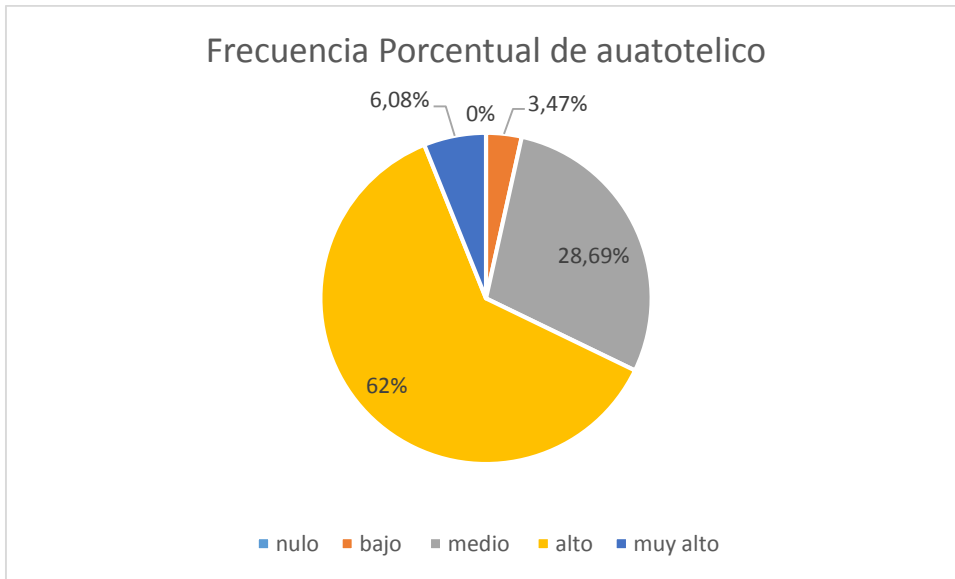


Gráfico30. Flow dimensión 9

### Porcentual del flow por año de cursada y sexo

Los promedios de cada dimensión acentúan las diferencias entre las cuotas por año de cursada y por género en el estado de flow. Estos datos están representados en la tabla 21 y gráfico 31 y en la tabla 22 y el gráfico 32.

Genero	Curso	Equilibrio	Automático	Objetivo	Feedback	Concentra.	Sent. Concen	Perdida	Distorsión	Autotético
v	1º	4,05	3,77	3,25	3,58	3	3,21	3,4	3,13	2,91
v	2º	3,55	3,27	3,93	4	4	3,75	3,57	3,25	4
v	3º	3,55	3,38	3,87	3,81	3	3,67	3,17	3,65	3,75
v	4º	3,12	3,12	3,9	3,71	4	3,75	3,42	3,5	3,75
v	5º	3,67	3,3	4,28	4,03	4	4	4,27	3,97	4,2
v	6º	3,62	3,37	4	4,27	4	4,05	4	3,84	4,2

Tabla 21. Porcentual flow dimensiones varones

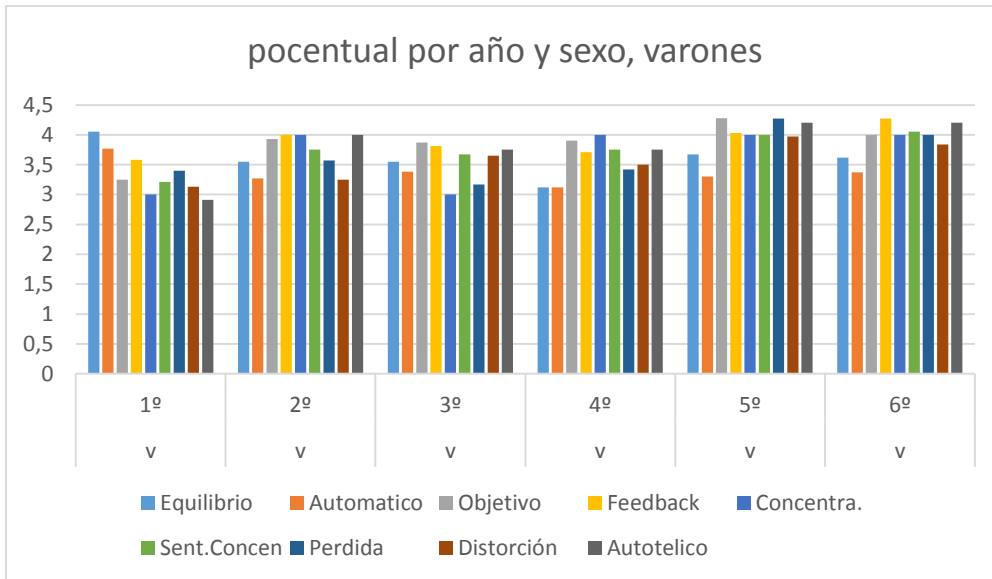


Gráfico31. Flow promedios

Genero	Curso	Equilibrio	Automatico	Objetivo	Feedback	Concentra.	Sent.Concen	Perdida	Distorción	Autotelico
M	1º	3,45	3,35	3,28	2,72	3	2,88	2,46	2,63	3,48
M	2º	3,59	3,31	2,95	3,59	3	3,27	2,78	3,4	3,7
M	3º	3,07	2,73	3,79	3,53	4	3,46	3,42	3,44	3,91
M	4º	3,41	2,64	3,66	3,5	4	3,4	3,17	3,25	3,75
M	5º	3,41	3,45	4,4	4,75	4	4,25	4,16	4,42	4,45
M	6º	3,35	3,27	4,5	4,06	4	3,97	4,21	4,18	4,3

Tabla 22. Porcentual flow dimensiones varones

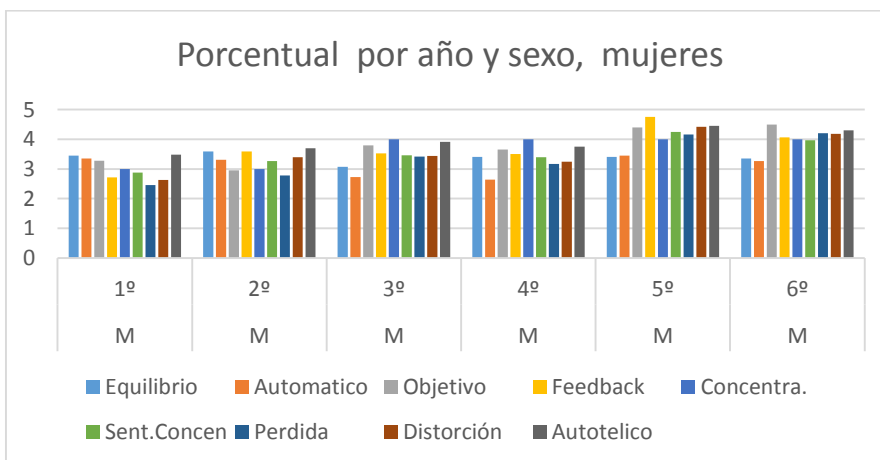


Gráfico32. Flow promedios

### 3.1.2.4. Nivel de motivación intrínseca

#### Frecuencia Porcentual del Nivel de Motivación Intrínseca

Del total de los/as encuestados/as en el nivel motivación intrínseca manifestó que el valor nulo fue de 0,86%, en el valor bajo fue de 8,69%, en el valor medio fue de 27,82%, en el valor alto fue de 48,69% y en el valor muy alto 13,91%, estos datos están referenciados en gráfico 33.

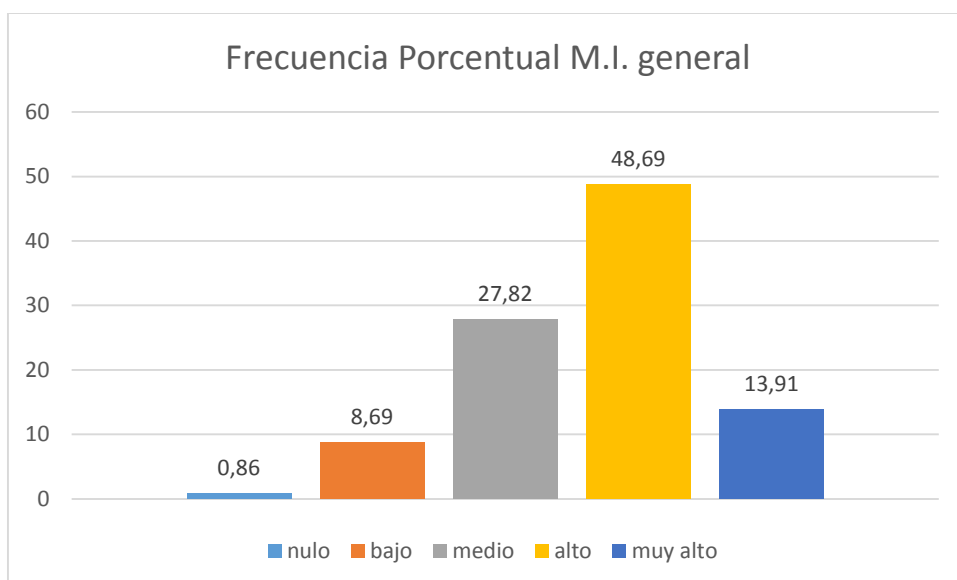


Gráfico 33. Motivación Intrínseca frecuencia porcentual general

#### Frecuencia porcentual de Motivación intrínseca por sexo

Del total de los encuestados manifestó que el valor nulo fue de 0%, en el valor bajo fue de 4,16%, en el valor medio fue de 18,75%, en el valor alto fue de 60,41%, y el valor muy alto fue de 16,66%. Estos datos están representado en el gráfico 34.

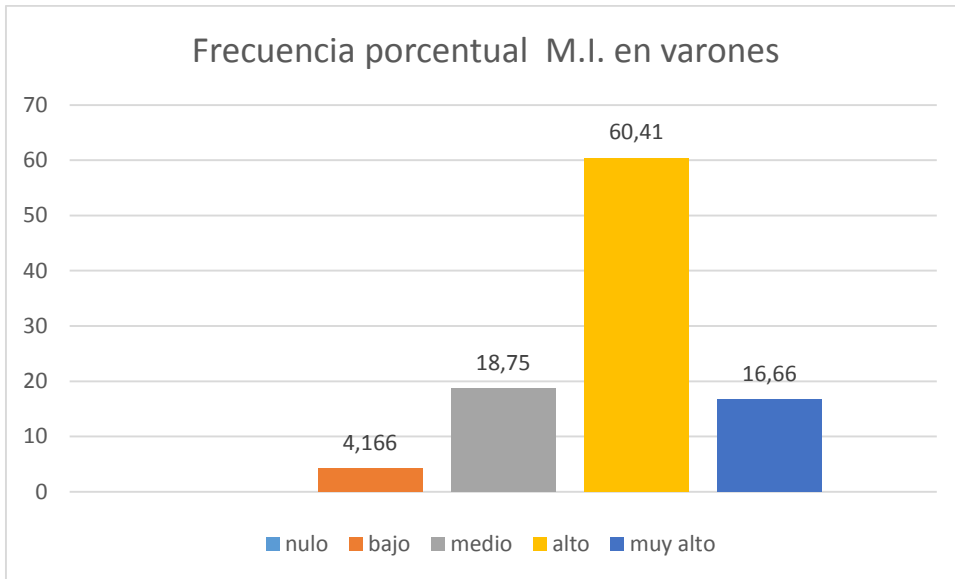


Gráfico 34. Motivación Intrínseca frecuencia porcentual en varones

Del total de los encuestadas manifestó que el valor nulo fue de 1,49%, en el valor bajo fue de 11,94%, en el valor medio fue de 34,32%, en el valor alto fue de 40,29%, y el valor muy alto fue de 11,94%. Estos datos están representado en el gráfico 35.

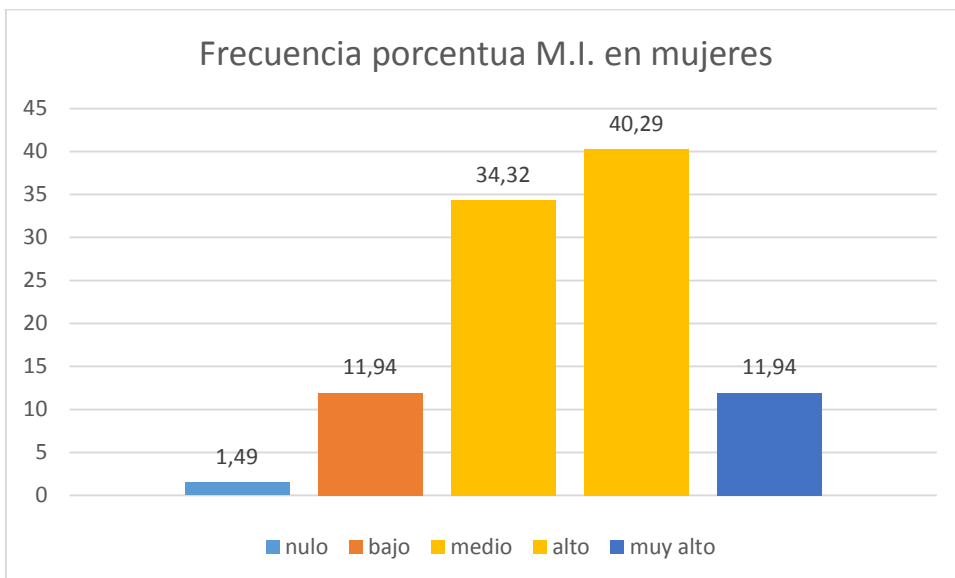


Gráfico 35. Motivación Intrínseca frecuencia porcentual en mujeres.

### Moda Nivel de Motivación Intrínseca

La moda según la muestra en el nivel de motivación intrínseca según el género MI 1 (en varones fue de 5 y en mujeres fue 5, MI 2 en varones fue 4 y en mujeres 4, MI 3 en varones fue 5 y en mujeres fue 4, MI 4 en varones fue 5 y en mujeres 4, estos datos se ven presentados en la tabla 23.

Genero	MI1	MI2	MI3	MI4
Varón Moda	5	4	5	5
Mujer Moda	5	4	4	4

Tabla 23. Moda de Motivación Intrínseca

### 3.1.2.4. Nivel de intención de práctica futura de actividad física-deportiva

#### Frecuencia Porcentual de intención de práctica futura de actividad física-deportiva

Del total de los/as encuestados/as en el nivel de intención de practica futura de actividad física – deporte manifestó que el valor nulo fue de 0%, en el valor bajo fue de 6,95%, en el valor medio fue 24,34%, en el valor alto fue de 43,47% y en el valor muy alto 25,47%, estos datos están referenciados en gráfico 36.

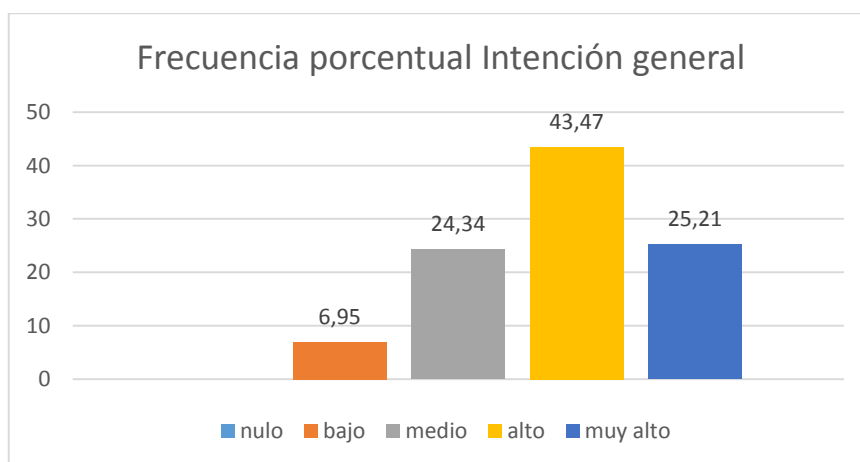


Gráfico 36. Intención de futura práctica de actividad física-deportiva general

## Intención de practica futura de actividad física - deportiva por sexo

Del total de los encuestados en el nivel manifestó en el nivel de intención de practica futura de actividad física – deporte que el valor nulo fue de 0%, en el valor bajo fue de 6,95%, en el valor medio fue 12,5%, en el valor alto fue de 45,83% y en el valor muy alto 35,41%, estos datos están referenciados en gráfico 37.

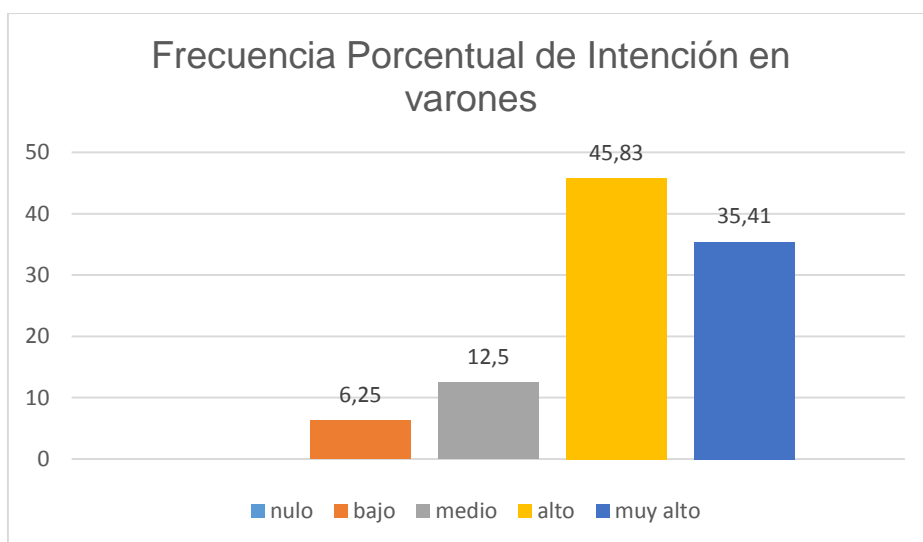


Gráfico 37. Intención de futura práctica de actividad física-deportiva varones

Del total de los encuestadas en el nivel de intención de practica futura de actividad física – deporte manifestó que el valor nulo fue de 0%, en el valor bajo fue de 7,26%, en el valor medio fue 32,83%, en el valor alto fue de 41,79% y en el valor muy alto 17,91%, estos datos están referenciados en gráfico 38.

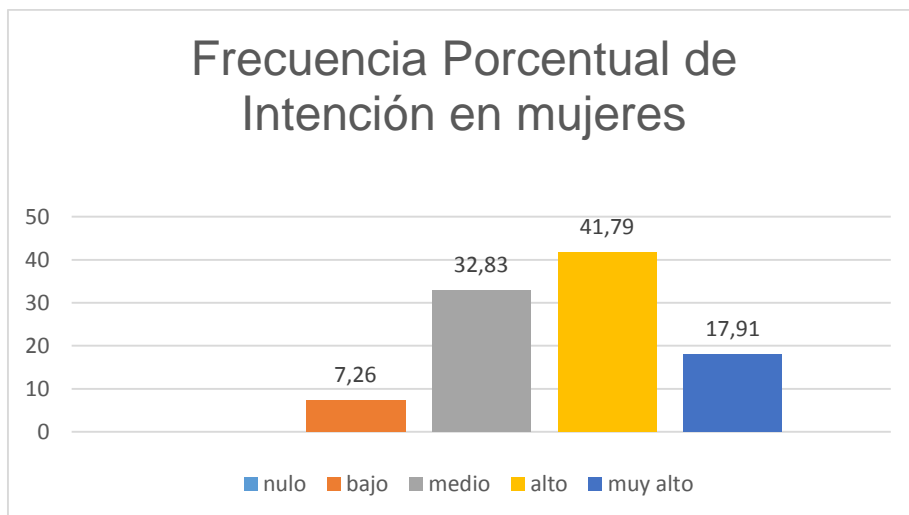


Gráfico 38. Intención de futura práctica de actividad física-deportiva en varones

La moda según la muestra en intención de futura práctica de actividad física-deportiva Intención 1 en varones fue de 5 y en mujer 5, Intención 2 en varones fue 5 y en mujeres fue 5, Intención 3 en varones la moda fue de 5 y en mujeres 5, Intención 4 en varones fue 5 y en mujeres 5, Intención 5 en varones y en mujeres 5. Estos datos están representados en la tabla 24.

Genero	Intención1	Intención2	Intención3	Intención4	Intención5
Varón Moda	5	5	5	5	5
Mujer moda	5	5	5	5	5

Tabla 24. Moda de Motivación Intrínseca

### 3.2. Análisis e interpretación de los datos

Analizaremos e interpretaremos los resultados obtenidos de acuerdo a los objetivos de este trabajo, teniendo en cuenta el marco teórico.

La orientación motivacional de los estudiantes de la escuela secundaria que participaron en la investigación, manifestó mayor porcentaje hacia la tarea, que al ego, ya que en la muestra, el 52,17% se caracteriza por el nivel medio de la orientación motivación al ego y un 71,3% nivel alto de orientación motivacional a la tarea. Hay una explicación teórica Cervello, Escarti y Balague (1999) que coinciden con Nicholls, (1989), orientación a la tarea y la orientación al ego son ortogonales entre sí. Cuando medimos la orientación motivacional podemos encontrarnos con sujetos que están orientados a la tarea y al ego

simultáneamente. Lo que justifica que en la muestra haya obtenido valores de porcentajes elevados en las dos orientaciones motivacionales. Si bien consideramos las dos dimensiones independientes, los niveles medios, altos y muy altos en la orientación motivacional al ego suman un 80,87% de la muestra y en los niveles bajos y nulos 19,13%, según la teoría de las metas de logros de Nicholls, (1984) el sujeto cuando su motivación es orientada al ego define el éxito como superación a los rivales para demostrar mayor capacidad, y en la orientación a la tarea en la que el éxito viene definido como dominio de la tarea y progreso personal, los niveles medios, altos y muy altos suma un 100% y en los niveles nulo y bajos 0% en la muestra completa de Córdoba, Capital. Escartí y Brustad, (2000) dicen que por norma general, aquellos individuos orientados a la tarea ven al deporte y a la actividad física como una actividad que fomenta la cooperación, la responsabilidad social y la motivación intrínseca, además de propiciar sentimientos afectivos positivos (Wang y Biddle, 2001). En cambio la orientación al ego está orientada al reconocimiento y estatus social, aumentar la popularidad, tiene que ver más con la motivación extrínseca, las personas interiorizan las distintas regulaciones y las asimilan a través del ego, experimentando mayor autonomía en sus acciones, lo que explica que también en las orientaciones motivacionales al ego se desarrolla paralelamente la motivación intrínseca.

En los datos obtenidos de la orientación al ego y a la tarea con respecto a los diferentes sexos, no presentan diferencias significativas.

Se obtuvo una relación positiva en los datos obtenidos: en el nivel alto, fue de un 46,69% de la motivación intrínseca y en los niveles medio, alto y muy alto es de 90,42% y en el nulo y bajo fue 9,58%. En relación a la motivación intrínseca, la orientación a la tarea suma un 100% de los mismos niveles, en la orientación al ego expresa un 80,87%. Los autores Csikszentmihalyi, Rathunde, (1993) y Ryan, (1995) afirman que el constructo de la motivación intrínseca describe esta inclinación natural hacia la asimilación, el alcanzar dominio, el interés espontáneo, y la exploración que son tan esenciales para el desarrollo cognitivo y social y que representan una fuente principal de disfrute y vitalidad a través de toda la vida (Ryan y Deci 2000).

La relación de los niveles medios, altos y muy altos de la variable motivación intrínseca y la intención de la práctica futura de la actividad física en los/as estudiantes de educación física del nivel medio del sistema educativo argentino es relevante, ya que en ambas variables se obtuvo un porcentaje mayor al 90% de los resultados. Csikszentmihalyi (1996) define al flow como la “experiencia óptima, extremadamente disfrutada en la que se experimenta total concentración y disfrute con un alto interés por la actividad”(pag 8). Estas definiciones parecen tener tres elementos en común: absorción total concentración en la actividad, disfrute y motivación intrínseca (Bakker, 2003).

En los niveles medios, altos y muy altos del estado del flow suman un 98% entre los/as estudiantes de la muestra, lo que tiene una relación significativa con la suma de los mismos niveles de la intención de la práctica futura de actividad física –deportiva que es de un 90%. Podemos apoyarnos en el concepto del flow, encontramos términos relevantes como participación, conciencia, intenciones, atención y personalidad (Camacho, Arias, Castiblanco, Rivero,2011). La base del flow, parte entonces de la motivación definida como el conjunto de factores personales y sociales que favorecen el inicio de un comportamiento, la persistencia en él o la intención de abandonarlo (Escartí y Cervello, 1994). Podemos establecer con los datos ya mencionados arriba que la motivación es un factor que determina el adecuado desarrollo del flow en los/as alumnos/as para la intención de la práctica futura de actividad física – deportiva.

Una de las variables bases que se analizó en la exposición de datos fue del gusto por la educación física se pudo, observar que en los valores medios, altos y muy altos se obtuvo un 91%. De acuerdo a los autores De la Torre (2000), Gibson, Ivancevic y Donnelly (2001) y Hellriecel y Slocum (2004), lo que definen que la motivación es la fuerza que actúa sobre un individuo y que lo impulsa a adoptar una conducta determinada. Además, Sexton (1977), Robbins (1999) y Guzmán y Olave (2004) afirman que la motivación es un proceso voluntario que mueve al sujeto a esforzarse con el fin de alcanzar una meta y satisfacer una necesidad (Robles, Carvajal, Reyes, Astudillo, Díaz, 2015), se podría decir entonces que los alumnos/as de la muestra están motivados para hacer actividad física – deportiva en un futuro, en función de los porcentajes obtenidos en el gusto por la educación física.

En los niveles nulo y bajo del estado de flow, manifestado por los/as estudiantes de la escuela secundaria es de 2%, distribuyendo el restante en los niveles medio, alto y muy alto en un 98%, explica el autor García Calvo (2004) que tanto la orientación a la tarea como la orientación al ego predicen la aparición de un estado de flow disposicional a la actividad física. En relación a lo dicho por este autor podemos decir que hay una correlación beneficiosa con respecto a la orientación a la tarea de un 100% en los valores medios, altos, y muy altos, como así también en la orientación al ego de un 80,87%. Pudiendo decir que observando esta relación los/as alumnos/as de la muestra tienen un estado del flow disposicional en total implicancia con la tarea. Csíkszentmihályi & Rathunde (1993) Ryan (1995) estos hablan del constructo de la motivación intrínseca describiendo una disposición natural, desarrollando así una asimilación, que permite dominar una espontaneidad y explorar su potencial para su desarrollo cognitivo y social que representan el disfrute y la máxima vitalidad a través de la vida del sujeto. Camacho, (2011) Goudas, Biddle, Fox, y Underwood (1995), dicen que el individuo logra estar motivado intrínsecamente por su capacidad de autonomía, competencia y relación con el entorno y hay una gran probabilidad que se experimente Flow al realizar acciones en estas condiciones, ya que su locus de control percibirá capacidad de dominio y de eficacia para su realización. Es por eso que podemos relacionar a la motivación intrínseca por lo que expusimos de los autores, con los datos arrojados en la exposición, la motivación intrínseca nos proporciona un 90,42%, en los niveles medios, altos y muy altos. La calificación obtenida el año anterior suma un 91,29 % entre los valores 7 (siete) de inicio creciente al 10 (diez), valores con los que se aprueba la asignatura y los niveles medio, alto y muy alto de motivación intrínseca es de un 90,42%, en los mismos valores el estado del flow disposicional suma un 98% por lo que afirmamos que encontramos una correlación relevante entre estas variables, como así mismo un 93% en la intención de practica futura de actividad física - deportiva, y en el gusto por la educación física que fue de 91%, los que nos da referencias notables de que los/as alumnos tienen una mayor disposición frente a la clase de educación física.

En cuanto a los valores obtenidos de la intención de practica futura de actividad física - deportiva entre ambos sexos han sido similares con un 92,53% en mujeres y un 93,74% en varones en los valores medio, alto y muy alto.

En la motivación intrínseca, valor significativo de un 95,82% en varones en los niveles medios, alto, muy alto, y un 86,55% en mujeres, siendo este porcentaje más bajo que se logró en los distintos sexos de ésta variable. En las mujeres se ve cuantitativamente no tienen el mismo nivel de motivación intrínseca que los varones, a pesar de que el número total de la muestra de mujeres es mayor que los varones.

Según Mandigo y Holt, (1999) se habla de puntos principales que ayudan a explicar y predecir el nivel de motivación intrínseca de una persona, estos puntos son:

1-Cuando los individuos participan en una actividad que han elegido y sobre la que tienen control, mejorará la motivación intrínseca. Pero si existe alguna percepción de control por un factor externo, la motivación intrínseca probablemente disminuirá (Goudas, Biddle, Fox, y Underwood, 1995). Podemos aclarar que en nuestro estudio con respecto a la motivación intrínseca ha sido significativa con los datos obtenidos, de los/as participantes que tienen un nivel de motivación intrínseca muy alto, ya que es de 100% el valor total de la muestra, confirmamos que los/as alumnos/as están motivados intrínsecamente para desarrollarse en una intención futura a la práctica de la actividad física – deportiva.

Debemos aclarar que en esta investigación no se ha expuesto la motivación extrínseca por ende no obtuvimos datos, y que sería interesante para un nuevo estudio si se tuviera en cuenta también este concepto para poder compararlo con las variables expuestas.

2-En relación a la competencia, ésta indica cómo se siente el individuo con respecto a determinados dominios de su vida. Cuando se da a los/as practicantes mayor control y capacidad de elección dentro del ambiente de la actividad, es probable que la motivación intrínseca aumente (Deci y Olson, 1989; Deci y Ryan, 1985). Nuestra investigación aportó datos importantes en los valores medio altos y muy altos en el estado del flow, donde los/as estudiantes tiene una motivación que fluye, de acuerdo a los datos expuestos. Creemos que su disposición es otra, frente a la clase de educación física, esto podría significar

lo que nosotros exponemos en nuestro marco teórico, respecto a que es probable que el/la estudiante alcance la motivación intrínseca (acción promovida por el disfrute obtenido durante la actividad) en aquellas situaciones en las que se permita la autonomía, se garantice la consecución de los objetivos establecidos (competencia) y se fomente la cohesión del grupo (relación con los demás) (Moreno, González-Cutre, Martín-Albo, Cervelló, 2010).

3-Los factores extrínsecos que se perciben como informativos respecto a la competencia percibida y el feedback positivo, promueven la motivación intrínseca, mientras que los factores extrínsecos que se perciben como elementos de control, o la desmotivación percibida como incompetencia, disminuyen la motivación intrínseca (Mandigo y Holt, 1999).

En nuestro estudio lo que está ligado a la percepción motivacional extrínseca es la orientación al ego cuando se expuso en nuestro marco conceptual, La Teoría de las Metas de Logro por Nicholls, (1984) establece que la meta principal de un individuo en contextos de logro es demostrar habilidad, en la orientación al ego o al resultado, el éxito se define como superación a los rivales y demostración de mayor capacidad lo que significa que el/la estudiante valora al resultado del contexto que rodea.

Los datos expuestos en el nivel medio, alto y muy alto en la orientación al ego fueron de un 80,45%. Y el de la orientación a la tarea fue un 100% de los mismos niveles por lo que podemos citar lo expresado en nuestro marco conceptual por Escartí y Brustad, (2000) dicen que por norma general, aquellos individuos orientados a la tarea ven al deporte y la actividad física como una actividad que fomenta la cooperación, la responsabilidad social y la motivación intrínseca además de propiciar sentimientos afectivos positivos (Wang y Biddle, 2001).

4- En los individuos motivados hacia la tarea tendrá una mayor influencia la motivación intrínseca, ya que toman parte en ella por el goce de la actividad, mientras que aquellos con una orientación hacia el ego probablemente no estarán intrínsecamente motivados, ya que sienten mayor presión y control para mantener su autoestima (Mandigo y Holt, 1999).

Con respecto a este último punto se puede decir que los niveles medio, alto, muy alto en las variables estudiadas fueron relevantes al 100% en cuanto a la orientación a la tarea, el 98% del estado del flow, el 90,42% motivación intrínseca

y la intención futura a la práctica de actividad física – deportiva es 93%. Estos datos demuestran que el 100% de la muestra que se orienta a la tarea, goza de la actividad física, por ende tienden al placer de estar intrínsecamente motivado/a y así fluir en cada tarea que se le presenta.

### **3.3. Conclusiones y sugerencias**

Concluimos que esta investigación ha pretendido analizar en primer lugar las variables motivacionales tales como la motivación intrínseca, la orientación motivacional a la tarea, la orientación motivacional al ego, el flow disposicional y la intención de ser físicamente activo, presentes en alumnos/as de Educación Física del nivel medio de una escuela pública de Córdoba Capital.

En segundo lugar, la relación de las cuatro primeras con la intención de ser físicamente activo en el futuro. En tercer lugar, la relación existente entre variables principales y variables de base como el sexo, el año, el gusto por la educación física.

La variable orientación motivacional a la tarea, donde los/as estudiantes se perciben capaces de dominar y alcanzar un sentimiento de competencia, provocando con ello una mayor implicación en el desarrollo de dicha tarea. Es por ello que los/as alumnos/as manifestaron un alto nivel, mientras que la variable orientación motivacional al ego, manifestó un valor medio de 52,17% de los/as encuestados/as, esto demostró que son pocos los que expresan su competencia en relación con los demás, atribuyendo el fracaso a la falta de habilidad. Cuando hablamos de orientación motivacional citamos a Escartí y Brustad, (2000) quienes aseguran que se incrementa el interés por el aprendizaje, por cumplir las reglas, por esforzarse al máximo y por mejorar la salud y las habilidades propias del deporte, percibiendo el éxito cuando se demuestra el dominio de la tarea y considerando el esfuerzo como la causa directa del éxito (Cervelló, Jiménez, del Villar, Ramos, y Santos-Rosa, 2004; Parish y Treasure, 2003).

Sugerimos para futura investigaciones se revise el instrumento que se utilizó para el estudio y la recolección de datos en referencia al estado del flow que muestra la suma de 98% en los niveles medio, alto y muy alto, debido a que éste tiene un instrumento que consta de 36 items, de preguntas basadas en la escala disposicional del flow(DFS), por lo que debería examinarse si dichos resultados

tienen injerencia en la forma cuantitativa de las dimensiones y subdimensiones del flow con respecto a la motivación intrínseca que tiene otro tipo de instrumento y porcentajes.

Resaltando el valor alto del flow, podemos decir que los/as estudiantes de la escuela pública de Córdoba Capital desarrollan un estado del flow donde se encuentra completamente concentrados/as en una actividad para su propio placer y disfrute, durante la cual el tiempo vuela, las acciones, pensamientos y movimientos se suceden unas a otras sin pausa con mucha versatilidad y entusiasmo. Por lo que las personas cuando entran en estado de fluidez, las mismas poseen herramientas adecuadas para enfrentar los retos, los cuales no pueden ser muy superiores a la capacidad de los individuos.

La finalidad de obtener la mayor optimización teniendo en cuenta los factores contextuales para trabajar en la clase de educación física y lograr la máxima disposición motivacional de excelencia en los/as alumnos/as. Pudiendo involucrar en la clase didácticas, que se trabaje desde la experiencia personal de cada integrante de la clase.

Se encontraron valores recurrentes en cuanto a los valores y promedios obtenidos en la orientación motivacional a la tarea y al ego, motivación intrínseca, estado del flow con relación a la intención futura de actividad física – deportiva, por parte de los/as alumnos/as. Como asimismo se puede ver que en la orientación al ego, es el porcentaje más bajo que hemos obtenido con respecto a las variables complejas.

En conclusión existe una relación positiva, beneficiosa entre la orientación motivacional el flow y la motivación intrínseca con la intención de mantener a futuro la práctica de la actividad físico-deportiva en los/as estudiantes de educación física que cursan el nivel medio de una escuela pública.

De acuerdo a nuestro estudio podemos decir que los datos son reveladores en todas las variables (orientación motivacional a la tarea, orientación motivacional al ego, flow, motivación intrínseca, intención futura de la práctica en actividad física deportiva)

Finalmente en una investigación realizada por Hernández Díaz (2008) sobre el efecto de la educación física en la motivación del estudiante hacia la actividad física, del nivel secundario, se obtuvo que la motivación intrínseca puede incidir hacia el apego legítimo a la actividad física en un futuro. Es importante que “la

motivación intrínseca esté apoyada y promovida en el curso de educación física, debido a que esta puede llevar a resultados positivos y facilitar su propósito general de actividad física en la adultez” (Ntoumanis, 2001 citado por Hernández Díaz, 2008, pag. 83)

En cuanto a la variable base la pregunta cuánto te gusta la educación física fue de valores altos, obteniendo resultados similares con la orientación motivacional a la tarea, Flow, motivación intrínseca e intención de la práctica futura en actividad física – deporte.

Lo que nos ha indicado el estudio de ésta investigación es que la motivación de los alumnos de la clase de educación física de una escuela pública de Córdoba Capital tienden a desarrollar los factores asociados al estímulo de hábitos saludables que van a permitir una buena calidad de vida a futuro para evitar el abandono de la práctica activa y desarrollar permanentemente actividad física – deportiva alejando de esta forma el sedentarismo para evitar la consecuentes enfermedades asociadas a éste.

Y como última sugerencia promover que los/as docentes de educación física se comprometan a seguir capacitándose para que la relación docente – alumno – enseñanza - aprendizaje, pueda ser el motor que lleva a producir las clases de educación física para que los/as estudiantes asimilen los buenos hábitos para gozar de una futura vida saludable y que comprendan lo importante y esencial que es la actividad física para una vida sana y perdurable.

### **3.4 Discusión**

En el proceso de investigación, hubo distintos momentos para poder llevar a cabo esta investigación, este estudio a nivel macro, por estar España, Argentina y por último se incluyó Colombia.

Para llegar a tener coherencia en cuanto a conceptos a nivel internacional, se decide analizar la variable orientación motivacional, a cambio la variable clima motivacional, cambiando el marco teórico de la investigación y se agrega también el estado del flow. En un principio las variables eran la percepción del clima motivacional del sujeto en la clases de educación física y como se relacionaba con la intención futura de mantener actividad física – deportiva, la motivación intrínseca, se planteaba el estudio de las características y perfiles de un grupo de personas, por el cual el instrumento iba ser las variables Clima

Motivacional, Necesidades Psicológicas Básicas, Motivación Intrínseca, Intención de ser físicamente activo. Esto se fue modificando a medida que la investigación iba avanzando debíamos ir modificando para poder tener coherencia en los marcos conceptuales y poder llegar a cumplir con los datos empíricos necesarios.

En el proyecto general del que formamos una parte, se explicita que “se pretende conocer las variables presentes en la clase de Educación Física que son percibidas como determinantes por los estudiantes para promover su intención de mantener una práctica física continuada en un futuro” (Coterón y Gómez, 2014, p. 5).

Se acuerda las cuatro variables orientación motivacional, motivación intrínseca, flow e intención futura a la práctica de actividad física –deportiva. Luego se decide que la orientación motivacional se debía dividir para conceptualizarse porque es una sola teoría, la teoría de las metas, pero tiene dos perspectivas psicológicas diferentes y debíamos conceptualizarlas.

En el diseño de matriz de datos, se realizaron conjuntamente con profesores/as para poder unificar criterios, luego de varias modificaciones se pudo consensuar en la matriz final de datos, una vez realizada la matriz se comenzó a trabajar los índices para poder establecer valores, esto lo trabajamos a través del foro de la materia con los/as compañeros/as de cursada y se complicaba consensuar, hasta que lográbamos deducir y concluir un índice sumatorio para cada variable un índice.

El pilotaje realizado nos proporcionó información de mucho valor, para la administración de la muestra, debíamos tener el menor margen de error posible, y nos permitió tener una perspectiva precisa de la implementación del total muestra. El instrumento y la recolección de datos, se encontraron detalles, deberían revisarse, por si se pudiera usar para otra investigación, ya que nos fue de suma utilidad.

Respecto al instrumento de recolección de datos hemos encontrado algunos detalles que a podrían revisarse para una futura investigaciones:

Tenía 4 hojas de una sola carilla en la primera hoja tenia las variables de base que era género (varón o mujer), tipo de centro (privado o público), calificación año anterior, año de cursada, si era orientado a la educación física, cuanto gustaba la educación física. Y en la segunda hoja comenzaba con la encuesta

de las variables complejas. Para algunos chicos de la escuela fue difícil la comprensión de la lectura de las preguntas sobre todo para primero y segundo año, había que estar explicándole el significado a que se referían las preguntas que no entendían. Era compleja ver la escala del cuestionario que estaba en la primera hoja, y muy extensa. Una de las variable bases que era género es muy subjetiva, ya que existe más géneros que hombre – mujer hay una ley que establece el Derecho a la Identidad de Género, esta Ley 26.743 está vigente desde el año 2012, en nuestro país. Pero esta variable se tuvo en cuenta por una perspectiva teórica crítica.

.

## 4. ANEXOS

### 4.1. Anexo 1: cuestionario Q1\_A

MOTIVACIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA (Argentina-2015)				Marcar con una BIEN <input checked="" type="checkbox"/> MAL <input checked="" type="checkbox"/> X en el recuadro										
Género	Hombre <input type="checkbox"/>	Mujer <input type="checkbox"/>	Edad	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	
Colegio	Público <input type="checkbox"/>	Privado <input type="checkbox"/>	Año	1º	2º	3º	4º	5º	6º					
¿Cursas el bachillerato con orientación en educación física?				<input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> No										
Calificación Educación Física curso anterior				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
¿Cuánto te gusta la Educación Física?				1	2	3	4	5						
<p>Con este cuestionario pretendemos conocer tu opinión sobre las clases de Educación Física y tu nivel e intención de realizar actividad física. La información que nos aportes puede contribuir a la mejora de tu formación. Respondé a las siguientes cuestiones:</p> <p>En una semana, ¿cuántas veces hacés los siguientes ejercicios durante más de 15 minutos en tu tiempo libre? (Escribí el número que consideres en cada apartado)</p> <p>Ejercicio extenuante (el corazón late rápidamente). Por ejemplo jugando al fútbol, al squash, al basquet, haciendo judo, natación fuerte, ciclismo fuerte de larga distancia.</p> <p>Ejercicio moderado (no agotador). Por ejemplo caminar rápido, ciclismo lento, voleibol, natación fácil, baile popular y folclórico.</p> <p>Ejercicio suave (esfuerzo mínimo). Por ejemplo yoga, tiro con arco, pesca, bolos, golf, caminar fácil.</p> <p>En una semana, durante tu tiempo libre, ¿con qué frecuencia participás en una actividad regular en la que llegues a sudar (que tu corazón lata rápidamente)? (Señalá una de las tres opciones)</p> <p>Nunca/raramente <input type="checkbox"/> A veces <input type="checkbox"/> A menudo <input type="checkbox"/></p> <p>Por favor, indicá el nivel de acuerdo con cada una de las siguientes afirmaciones teniendo en cuenta tu experiencia. La escala de este cuestionario es:</p> <p>1 = Totalmente en desacuerdo                  2 = En desacuerdo                  3 = Indiferente                  4 = De acuerdo                  5 = Totalmente de acuerdo</p> <p>Es confidencial y no hay respuestas correctas o incorrectas. Contestá con sinceridad. No hay límite de tiempo. Contestá con tranquilidad. Asegurate de que no dejás ninguna afirmación sin contestar.</p> <p><b>GRACIAS POR TU COLABORACIÓN</b></p>														
Observación: (10)				10/										Página 1 / 4



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



## **4.2. Anexo 2: Procedimiento de Administración del Cuestionario**

### FACULTAD DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

#### Procedimiento de administración de cuestionarios

en la muestra total

Este documento da las indicaciones precisas que tod@ investigador/a deberá seguir al detalle, durante la realización del trabajo de campo.

Algunas indicaciones son las mismas del documento que usaron para la toma del pilotaje. Pero luego del análisis de la información que tod@s enviaron sobre su experiencia de pilotaje, más lo que trabajamos en el foro, más los aportes del Mag. Martín Farinola; agregué algunas cuestiones nuevas (están destacadas en rojo)

#### ANTES DEL INICIO

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

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

La persona que administre el cuestionario no debe ser el profesor de la asignatura. Es importante que quien tome el cuestionario no conozcan, o conozcan muy poco, los estudiantes. Esto servirá para que los estudiantes sean más sinceros en sus respuestas.

#### CONSIGNA EN LAS AULAS

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

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

Necesito que 22 de ustedes, 11 mujeres y 11 varones, menores de 19 años; respondan un cuestionario de forma individual y anónima. Harán esta actividad por única vez.

Sus opiniones nos interesan con fines estadísticos para entender lo que piensan y sienten los adolescentes como ustedes respecto a algunas de sus vivencias en las clases de educación física.

Su participación no es obligatoria, todo lo contrario, la idea es que sólo respondan el cuestionario quienes tengan ganas e interés de hacerlo. Responder el cuestionario les demandará entre 10 y 20 minutos, así que para realizar toda la actividad deberán disponer de 30 minutos de su tiempo (desde que salgan de su aula hasta que vuelvan a sus actividades habituales del colegio).

Quienes quieran participar levanten la mano”

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

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

#### LA ENTREGA DEL CUESTIONARIO

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

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

*“Hola:*

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

*Con el cuestionario que van a completar pretendemos conocer qué piensan de la clase de Educación Física y del papel que juega la actividad física en su vida cotidiana.*

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

*Les pido por favor que se concentren en lo que se pregunta y que sean lo más sinceros posible. Si tienen alguna duda o no comprenden algo no duden en preguntar. Pueden tomarse el tiempo que necesiten para responder.*

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

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

Hay que marcar la casilla hombre o mujer según corresponda

Hay que poner el número de los años que tiene cada uno (Edad)

El tipo de colegio (importante que el administrador lo indique, por si algunos estudiantes dudan en esto)

El año que está cursando actualmente

Especificar si cursa bachillerato con orientación en educación física o no

Hay que rodear el número que más se aproxime a la calificación obtenida en el año anterior en educación física

Hay que rodear el número correspondiente según nos guste la educación física, siendo 1=nada, 2=poco, 3=normal 4=bastante y 5=mucho.

Aclaraciones por si surgen dudas:

Licenciado: Es el nombre con el que se conoce en Latinoamérica al grado académico que se obtiene al terminar

Una carrera universitaria de entre 4 y 6 años de duración.

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

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

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

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

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

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

Aclaraciones por si surgen dudas:

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

¿Qué significa tiempo libre? El tiempo que la persona no cumple obligaciones y elige voluntariamente en qué ocuparlo (descanso, diversión o desarrollo de su formación). El tiempo en que no vas a la escuela, no estás en un medio de transporte y no hacés tareas en tu casa.

¿Qué es ejercicio extenuante? Ejercicios que provocan que la persona se canse en poco tiempo (en menos de pocos minutos). Actividad física en la que el corazón late rápidamente, se entrecorta el habla, se transpira por aumento de la temperatura corporal.

¿Qué es ejercicio moderado? Las personas que realizan actividad física moderada normalmente sienten: incremento del ritmo respiratorio, pero sin que les obstaculice la posibilidad de hablar. Aumento del ritmo cardíaco: se puede sentir fácilmente en la muñeca, el cuello o el pecho. Sensación de aumento de la temperatura corporal posiblemente acompañado de sudor en los días calurosos o húmedos. Una sesión de actividad física moderada se puede mantener durante muchos minutos y no provoca fatiga o agotamiento.

¿Qué es ejecución automática? Cuando se repite un mismo ejercicio estructurado muchas veces (por ejemplo abdominales).

En las preguntas sobre actividad física en el tiempo libre los estudiantes preguntaron si consideraban las clases de educación física y si consideraban los 7 días de la semana o solo de lunes a viernes. (las clases de educación física no deben ser consideradas, ya que “tiempo libre” remite al tiempo en donde no tienen obligaciones, el tiempo en el que ell@s pueden elegir qué hacer, tiempo en el que no van a la escuela. Se consideran los siete días de la semana, de hecho en el cuestionario deben marcar de 0 a 7. Cero significa ninguna vez por semana, 1 significa una vez por semana, y así sucesivamente hasta 7 veces por semana.)

¿Estas preguntas son fuera del deporte que hacemos? (La respuesta a esta pregunta debe ser “no”. Se refiere a actividades físicas y deportivas extraescolares. Si hacen deporte fuera de la clase de educación física, hay que considerarlo como una actividad de tiempo libre)

Copio a continuación las dudas, preguntas, comentarios manifestados por l@s estudiantes mientras se completaba el cuestionario de modo auto administrado (es una síntesis de lo que

les envié en el documento anterior sobre la información sobre el pilotaje):

Explicar nuevamente la forma de ir avanzando en las afirmaciones para cada expresión resaltada en “negrita”. Algunos preguntaron acerca de la relación de las afirmaciones con cada uno de los cuatro apartados, más precisamente si la afirmación correspondía al último apartado remarcado en “negrita”, o si la tenían que relacionar también con el apartado anterior. (Las afirmaciones remiten a la oración en negrita que se encuentra inmediatamente arriba. No refieren a las afirmaciones en negrita de los apartados anteriores)

Donde deben marcar o como señalar la respuesta correcta (Se debe reiterar lo que está explicado en el margen superior derecho de la primer hoja)

En las tres primeras preguntas las respuestas son del 0 al 7 ¿por qué? (Porque esos número remiten a la cantidad de días por semana. La escala actual –de 1

a 5- es una escala de satisfacción o acuerdo con las afirmaciones que se van leyendo)

Que pasaba si dejaban una afirmación sin contestar o marcar, lo cual yo respondí cual es la que te cuesta contestar y que la idea es respondan todas las afirmaciones. (Los cuestionarios incompletos hay que descartarlos luego de su entrega. Por eso es importante chequear que todos los ítems estén respondidos. Si falta alguno, se le pide al estudiante que lo complete. Si no comprende alguna palabra, se le explica brevemente y con precisión)

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

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

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

Preguntas por desconocimiento del significado de palabras o frases:

Estimulante (Refiere a la página 4 del cuestionario la oración: “Participo en esta clase de Educación Física porque la Educación Física es estimulante”).

Reconfortante: El ejercicio físico o actividad física mejora y mantiene la aptitud física, salud y bienestar de la persona. Esto es estimulante y reconfortante para el individuo

“Yo siento que tengo más éxito en las clases de Educación Física” (Hay que aclarar que esta frase no tienen significado en sí misma, sino que se va definiendo a partir de los siguientes ítems)

El tiempo parece alterarse (esto está aclarado en el cuestionario: “pasa más lento o más rápido”. Esto remite a una percepción del tiempo, no al tiempo real)

¿Qué son “mis metas”? (las metas son los objetivos, lo que me propongo. Los españoles usan mucho esa palabra)

Hago gestos correctos sin pensar de forma automática (encuentro aquí un error de tipeo o gramatical en el cuestionario. A mi modo de entender faltaría una coma: Hago gestos correctos sin pensar, de forma automática. No podremos modificar el cuestionario, así que si surge la pregunta lo aclaran)

¿Qué sería “mi forma física”? (Significa estado físico, estado corporal)

¿A qué se refería el ítem que dice: Después de terminar el colegio quisiera formar parte de un club deportivo de entrenamiento? ¿Formar parte de un club solamente como jugador o también como técnico? (Esta pregunta indaga la variable “Intención futura de práctica física-deportiva, por lo tanto refiere a integrarse a ir a algún club para entrenar sistemáticamente algún deporte. No remite a integrarse como técnico, directivo, etc.).

Habilidades/técnicas, ¿también son los deportes? (Las habilidades y técnicas que se aprenden en las clases de educación físicas pueden ser deportivas o pueden ser habilidades motoras y/o técnicas motrices no deportivas. La afirmación incluiría ambas posibilidades).

Salir a correr, ¿también cuenta como practicar deportes? (creo que aquí también hay un error en el cuestionario. A mi modo de entender es un error conceptual, ya que si bien el ítem general es sobre práctica de actividad física-deportiva, esta afirmación puntual sobre el presente usa solo la palabra deporte. No habiendo otra afirmación sobre la práctica actual de actividad física. Dada esta situación yo diría que salir a correr con sistematicidad, debería incluirse como práctica deportiva)

## AL FINALIZAR

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

Finalmente se agradecerá la participación a l@s estudiantes.

Se les dirá que luego van a poder conocer los resultados de la investigación. Más allá de las respuestas de ellos específicamente, podrán conocer los datos que surgieron de la investigación global que estamos haciendo en UFLO entre tod@s.

La idea es que cuando tengamos todos los datos de esta investigación científica, los podamos difundir entre directivos, profesores de educación física y estudiantes de los colegio. Una investigación es relevante para la sociedad, cuando el conocimiento que se produce, sirve para generar alguna transformación social que mejore las condiciones de vida de las personas. En este caso, tenemos esperanzas que el conocimiento que produzcamos sirva

para que los/as docentes puedan revisar sus prácticas de enseñanzas y los estudiantes de educación física de nuestro país se sientan más motivados por realizar actividad física beneficiosa para su salud.

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

### **4.3. Anexo 3: Carta de presentación a la institución educativa**

#### CARTA DE PRESENTACION

Buenos Aires, 10 de junio de 2014

A quien corresponda,

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

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

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

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

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

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

Firmo \_\_\_\_\_ en \_\_\_\_\_ conformidad:

#### **4.4. Anexo 4: procedimiento para realizar pilotaje**

##### **FACULTAD DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE**

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

##### **CONDICIONES PREVIAS**

Imprimir 15 cuestionarios en simple fas, 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 demás 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 l@s estudiantes no cuenten con uno cada uno) a l@s estudiantes

El/la administrador/a explicará a l@s 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

E/a administrador 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, l@salumn@s 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 l@s alumn@s vayan finalizando, el/la administrador/a recogerá cada cuestionario asegurándose de que están correctamente completadas todas las hojas y solicitando a l@s alumn@s que completen apartados olvidados en caso de ser necesario.

Con la entrega del último cuestionario, se registra el tiempo cronometrado y se apagará el cronómetro.

Finalmente se agradecerá la participación a l@s estudiantes.

Una vez que l@s estudiantes se retiraron del lugar, el administrador deberá completar con el mayor detalle y precisión posible, los siguientes ítems:

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 l@s estudiantes luego de hacer la

presentación y saludo inicial:

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

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

Dudas, preguntas, comentarios manifestados por l@s 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)**

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

# UFLO

UNIVERSIDAD DE FLORES

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

FACULTAD DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

### Procedimiento para completar la planilla Excel

#### ANTES DE COMENZAR LA CARGA DE DATOS

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

- CARGA DE DATOS A LA PLANILLA EXCEL

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

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

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

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

Género:

0 = Hombre

1 = Mujer

Centro:

0 = Público

1 = Privado

2 = Concertado

Actividad con la que llegue a sudar:

0 = Nunca /raramente

1 = A veces

2 = A menudo

#### 4.6. Anexo 6: planilla de Excel con datos totales

Genero	Edad	Tipo de Centro	Cursos	Calificación	Gusto	Ejercicio Extenuante	Ejercicio Moderado	Ejercicio Suave	Actividad Sudar
0	12	0	1	10	5	7	0	0	1
0	12	0	1	8	5	7	2	0	1
0	12	0	1	10	4	5	7	7	1
0	12	0	1	10	5	4	0	3	1
0	12	0	1	10	5	5	0	7	1
0	13	0	1	9	4	3	0	2	1
0	12	0	1	10	5	3	7	6	1
0	13	0	1	10	5	5	0	7	1
0	12	0	1	9	3	2	1	0	1
0	13	0	1	8	5	6	1	0	1
0	13	0	2	7	4	2	2	1	2
0	14	0	2	6	5	3	1	2	2
0	13	0	2	10	5	5	3	2	1
0	14	0	2	1	5	4	7	0	2
0	13	0	2	7	4	2	4	0	2
0	13	0	2	6	5	5	4	2	1
0	14	0	2	6	5	4	2	0	1
0	13	0	2	10	5	6	2	2	2
0	13	0	2	1	3	2	3	1	1
0	14	0	3	7	4	3	2	0	2
0	15	0	3	9	5	3	5	0	2
0	15	0	3	8	5	4	3	2	1
0	14	0	3	7	4	1	7	1	1
0	14	0	3	7	4	5	3	2	1
0	14	0	3	7	5	0	2	0	2
0	14	0	3	7	4	5	3	2	1
0	14	0	3	7	2	4	0	0	1
0	15	0	3	10	3	6	5	1	1
0	15	0	4	9	5	6	4	2	2
0	16	0	4	10	5	7	0	0	2
0	16	0	5	9	5	2	6	1	1
0	16	0	5	7	5	4	3	5	1
0	16	0	5	6	1	3	6	6	1
0	16	0	5	7	4	3	7	6	1
0	17	0	5	8	4	2	4	1	1
0	17	0	5	8	4	3	5	4	1
0	16	0	5	8	5	4	2	0	1
0	16	0	5	5	5	7	7	0	2
0	16	0	5	7	4	7	0	0	2
0	16	0	5	7	4	7	7	3	2
0	17	0	6	8	4	3	5	1	1
0	17	0	6	8	5	3	5	2	2
0	17	0	6	9	3	0	0	0	0
0	18	0	6	10	5	4	2	1	2
0	18	0	6	10	5	4	5	0	1
0	17	0	6	10	5	2	6	0	1
0	19	0	6	7	4	7	4	7	2
0	17	0	6	7	5	2	2	0	2

Ego 1	Tarea1	Ego 2	Tarea 2	Ego 3	Tarea 3	Ego 4	Tarea 4	Ego 5	Tarea 5	Ego 6	Tarea 6	Ego 7	Tarea 7	Ego 8	Tarea 8
4	4	4	5	4	4	4	5	4	4	3	5	4	5	4	3
1	5	4	3	3	3	5	3	4	4	5	5	3	5	4	4
4	5	3	4	3	4	1	5	3	4	4	5	4	5	3	5
5	4	5	4	5	3	4	5	5	4	4	5	5	4	5	5
3	4	5	1	3	1	3	1	3	4	4	4	3	4	3	5
5	4	5	4	5	3	4	5	5	4	5	3	4	5	5	5
4	5	3	5	2	5	3	5	3	5	4	4	4	5	3	5
3	4	5	4	2	5	1	4	2	4	3	5	3	4	3	4
5	5	4	3	4	5	5	4	2	1	4	3	4	4	3	5
4	3	4	3	4	4	4	4	4	5	4	5	4	4	4	5
3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	2	3	3	4
3	4	3	3	2	3	4	3	3	2	4	4	3	5	5	4
3	5	3	4	5	3	5	5	5	5	5	5	5	3	4	5
4	5	2	5	2	5	3	5	5	5	5	5	2	2	2	5
3	4	3	4	3	2	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4
2	3	4	4	2	5	1	3	3	2	5	3	4	3	5	4
5	5	4	5	4	5	4	5	4	4	4	5	4	5	4	5
5	5	4	5	5	2	5	4	2	4	5	4	3	4	5	5
1	3	2	2	1	4	3	2	1	3	2	5	1	3	2	4
3	4	5	5	2	3	1	5	5	5	5	1	1	4	3	5
4	4	2	5	1	4	1	5	1	4	3	2	2	5	1	4
4	3	4	5	2	4	3	3	4	3	5	4	3	5	5	5
3	4	2	4	3	4	2	4	4	5	2	5	4	5	4	5
4	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5
5	4	4	5	4	3	4	5	5	4	4	5	5	5	4	4
4	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5
1	4	1	4	1	3	1	4	1	1	3	1	1	1	1	4
1	4	3	4	2	5	3	5	2	4	1	4	4	2	4	5
3	4	2	4	3	4	1	4	2	4	3	4	2	4	2	4
4	4	3	3	2	5	2	5	2	5	3	4	2	4	2	4
3	5	5	3	3	4	1	5	3	5	2	1	4	5	4	5
3	4	4	4	2	1	1	5	2	3	4	5	3	4	3	4
3	4	5	4	3	4	4	4	5	4	5	3	3	5	5	4
2	3	3	3	3	4	3	5	3	4	3	3	3	4	4	4
3	4	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	4	4
3	4	3	3	2	4	1	5	1	4	3	5	1	4	3	5
4	3	4	5	3	4	4	3	2	4	3	4	4	5	3	4
5	5	5	5	5	5	1	5	5	3	5	5	5	4	3	5
3	5	4	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5
3	4	4	4	3	4	3	5	4	5	5	5	3	4	3	5
3	5	4	4	2	3	3	4	3	4	5	4	4	3	3	5
2	5	2	4	2	5	2	5	3	4	3	4	2	4	3	5
5	3	5	3	5	3	5	4	5	5	5	3	5	3	5	4
4	5	5	4	3	3	2	5	4	4	3	4	4	5	5	4
4	3	2	5	3	4	3	4	3	4	5	5	3	5	3	5
2	4	2	2	2	3	4	4	3	1	3	3	5	2	3	3
3	4	3	3	3	4	3	5	3	4	3	5	3	3	3	5
2	3	5	2	2	3	1	3	1	3	1	1	2	3	2	4

Equilib	Autom	Objetiv	Feed	Concentraci	Sent.Co	Perdid	Distorcio	Autotelic
3	4	4	3	4	5	5	3	5
4	4	3	4	5	4	5	5	5
3	4	5	4	4	3	5	4	3
5	4	3	4	5	5	5	4	3
3	4	5	5	5	5	5	5	5
4	5	5	4	5	4	5	5	4
5	3	5	3	5	4	5	5	4
4	2	5	5	4	5	3	2	4
3	5	4	5	4	5	4	5	4
4	2	4	4	3	3	4	4	4
3	4	5	4	4	4	3	3	4
3	2	3	4	3	2	2	3	4
4	4	5	5	5	5	4	2	3
1	4	5	4	5	5	1	5	5
4	3	4	3	4	4	3	3	4
3	2	3	2	5	3	5	4	3
4	3	4	4	4	4	5	2	5
5	5	4	5	5	5	5	5	5
2	4	5	3	5	4	2	3	2
3	4	3	5	2	1	5	5	3
4	4	4	4	4	5	4	4	4
5	3	4	5	3	4	5	3	2
4	2	4	3	3	4	2	5	3
4	4	4	5	4	4	5	5	4
4	4	4	3	4	3	5	4	4
4	4	4	5	4	4	5	5	4
1	4	4	4	4	4	1	4	4
5	3	1	5	5	3	5	1	1
4	3	4	2	4	3	1	4	5
4	3	4	4	3	4	3	3	4
4	4	3	5	4	5	1	3	3
3	4	2	5	4	4	4	2	5
4	2	4	1	2	3	1	3	5
3	3	4	4	5	5	5	5	4
3	3	4	2	4	4	3	3	3
4	3	3	2	2	4	3	3	2
4	4	3	4	4	3	4	4	5
5	5	5	5	5	5	5	5	4
5	3	3	3	2	4	2	3	3
5	5	5	5	5	5	5	3	5
4	3	2	3	3	4	5	1	4
5	4	4	3	4	3	5	5	5
3	4	4	4	4	4	5	5	5
5	4	4	5	1	4	5	1	5
3	4	5	5	5	4	2	3	5
2	5	3	4	2	4	2	4	3
4	4	3	5	4	4	3	3	4
3	3	3	3	3	3	3	4	4

Equilibrio2	Automatico2	Objet2	Feedb2	Concent2	Sent.	Perdida	Distors	Autotel2
4	3	4	4	3	4	4	3	4
4	3	5	4	3	4	5	1	5
5	3	5	4	3	4	5	4	3
4	5	4	4	5	4	4	5	4
5	4	5	5	4	5	5	1	3
4	5	4	5	4	5	5	4	4
4	4	4	5	4	4	5	5	4
3	2	5	4	3	3	3	2	4
4	1	5	5	3	4	1	5	5
3	4	4	4	4	4	4	4	3
3	4	4	4	3	3	2	3	5
3	3	4	2	3	4	5	4	5
4	3	4	3	3	4	5	4	5
5	1	4	5	1	5	1	1	1
3	3	4	4	3	3	4	4	3
4	2	5	4	3	4	3	2	3
5	4	5	5	5	4	4	3	3
4	4	3	4	4	5	3	4	5
4	1	3	2	3	2	4	3	2
5	5	3	4	1	3	2	4	5
4	4	5	4	4	4	2	4	5
4	3	5	5	3	5	4	3	3
4	3	5	4	2	1	1	4	4
4	4	5	5	4	4	4	4	4
3	3	4	4	4	4	5	4	3
4	4	5	5	4	4	5	4	4
4	1	4	4	1	4	1	1	1
3	4	1	3	4	1	4	1	3
3	2	4	4	3	3	1	3	4
2	3	4	4	4	4	5	2	5
3	2	5	3	3	4	3	3	5
5	3	3	5	4	4	5	5	5
1	3	2	3	4	4	5	4	4
4	5	4	5	5	5	5	4	3
4	2	4	4	4	3	3	4	4
3	2	3	4	3	4	2	1	2
3	4	2	3	4	4	5	4	3
4	3	4	5	4	5	3	5	4
4	4	3	3	4	2	3	2	4
5	3	5	5	2	2	5	3	3
2	3	5	5	4	4	5	3	4
4	5	5	3	2	4	3	5	5
4	3	4	5	4	4	5	4	4
4	1	5	5	4	3	5	1	4
3	3	5	5	3	3	4	5	5
2	3	4	4	2	2	2	3	5
4	3	3	4	4	4	3	3	4
4	4	4	4	4	4	4	4	3

Equilibrio3	Automatico3	Objet3	Feedb3	Concent3	Sent.	Perdida	Distors	Autotel3
4	4	4	4	5	4	4	5	4
3	4	5	4	5	4	4	5	5
5	3	4	5	5	4	4	4	5
5	4	5	5	4	5	5	4	4
4	3	5	3	4	5	4	4	3
5	3	4	4	5	5	4	3	4
4	4	5	5	4	4	4	5	5
4	5	4	4	4	2	3	4	3
5	4	5	5	5	4	4	5	4
4	3	4	4	4	4	4	3	4
3	4	4	4	3	3	2	2	4
4	2	2	3	5	5	2	3	5
5	4	3	4	3	4	2	5	5
2	5	5	5	5	4	5	5	1
3	4	4	3	4	3	4	4	3
4	3	4	3	5	3	4	4	5
4	3	5	5	5	5	4	4	5
5	5	4	5	5	5	4	4	3
3	2	3	1	2	3	2	4	2
1	4	1	4	3	5	2	4	1
4	2	4	4	2	4	2	4	5
5	4	5	5	3	4	4	5	4
3	1	3	5	3	1	2	4	3
4	4	4	5	3	4	4	5	4
4	3	4	5	4	3	4	2	4
4	4	4	5	3	4	4	5	4
1	1	4	4	4	5	1	5	4
5	1	4	2	5	1	4	3	5
2	3	4	4	4	3	3	4	4
3	4	4	5	5	4	4	3	5
2	4	2	4	3	4	3	4	3
2	4	4	5	4	3	5	5	5
4	1	4	3	2	3	2	3	4
3	3	3	5	5	5	3	4	4
4	4	4	4	4	4	4	4	4
4	3	4	3	5	3	2	3	3
3	4	5	4	4	5	4	3	3
5	3	4	3	5	5	5	4	5
4	3	5	3	1	1	2	4	3
3	3	5	5	4	4	5	3	5
3	1	4	3	2	3	3	1	5
4	3	5	5	4	3	4	5	5
5	4	4	3	3	4	5	3	4
4	5	5	4	5	2	1	1	5
4	3	5	5	5	5	4	4	5
4	4	2	4	2	4	3	5	2
4	3	4	3	4	4	4	3	3
4	4	4	4	3	3	3	3	4

Equilibrio4	Automatico	Objet4	Feedb4	Concentr4	Sent.	Perdida 4	Distors 4	Autotel4
4	4	5	5	5	3	5	3	4
5	4	3	2	5	3	4	4	5
4	5	3	4	5	3	4	3	3
4	4	5	4	5	4	4	5	4
4	5	5	5	4	5	5	3	4
4	5	5	4	5	5	4	4	5
4	5	3	4	4	5	5	3	5
4	4	4	5	5	2	4	3	3
4	4	5	1	4	4	5	5	4
4	3	3	4	4	3	4	4	3
3	2	3	3	3	4	4	3	3
2	3	3	3	4	5	2	4	5
3	3	4	2	2	3	4	3	5
5	5	4	5	4	5	5	3	1
4	3	3	3	4	4	3	4	3
3	4	5	5	5	4	5	3	4
5	5	4	5	5	4	4	1	3
3	3	3	4	4	4	4	5	5
3	2	4	2	3	1	2	5	3
1	3	1	5	3	4	5	2	3
2	2	3	4	4	4	2	4	5
4	5	3	3	3	5	5	5	5
3	4	3	2	4	2	3	2	4
4	3	3	3	4	3	4	4	4
4	4	4	4	4	4	4	3	4
4	4	3	4	4	3	4	4	4
5	5	5	1	5	5	1	5	1
1	5	3	4	1	2	4	2	5
2	3	3	4	5	4	3	4	3
5	4	5	5	5	5	5	2	3
2	3	3	2	4	3	3	3	3
3	4	4	5	3	4	5	5	5
3	4	2	2	3	2	3	2	4
4	3	4	3	3	4	4	5	4
3	4	3	4	4	4	4	3	4
4	3	5	3	5	3	2	3	3
4	3	5	4	4	5	4	3	4
5	4	5	5	5	5	5	5	3
4	2	3	4	4	5	5	3	4
5	3	3	3	4	5	5	3	5
3	3	4	3	2	3	3	2	5
3	3	5	4	4	4	4	5	5
2	4	5	4	4	4	5	5	1
5	1	4	2	5	5	1	1	5
5	5	5	4	3	5	5	5	5
4	2	3	4	2	4	1	3	5
3	4	4	3	3	3	4	3	3
3	3	4	4	4	4	4	4	4

Mi1	Mi2	Mi3	Mi4	Intencion1	Intencion2	Intencion3	Intencion4	Intencion
5	5	5	5	5	5	4	4	4
5	5	4	5	4	5	5	5	5
5	5	4	3	3	5	5	4	5
5	4	4	4	5	5	5	5	5
4	1	5	3	5	5	2	5	5
5	4	4	5	4	4	5	4	4
5	5	4	5	5	5	5	5	5
5	4	2	4	5	5	4	5	5
5	4	5	5	5	4	5	5	5
5	4	4	4	5	4	5	5	5
4	5	5	5	5	5	5	5	5
5	5	5	5	5	5	5	5	5
5	5	5	5	3	5	3	4	5
5	5	3	5	4	5	1	5	3
3	4	3	4	3	4	4	4	4
5	5	4	4	5	5	4	5	5
5	5	5	5	4	5	5	5	5
5	4	5	3	5	4	5	5	5
2	3	3	1	4	3	5	5	2
1	4	5	5	1	1	3	4	2
5	4	4	5	4	5	5	5	5
5	5	4	5	5	5	2	3	3
2	4	4	3	4	2	2	4	4
3	4	4	5	4	5	4	5	4
3	3	5	5	5	5	5	5	5
3	4	4	5	5	5	4	5	5
5	5	1	4	5	5	1	5	4
2	5	2	5	1	5	1	3	5
5	4	4	4	4	4	4	5	4
3	4	5	5	4	5	5	5	5
2	4	4	3	2	3	2	2	1
5	5	5	5	5	5	5	5	3
2	4	1	4	4	2	1	4	4
5	4	4	3	5	4	3	4	5
4	4	4	4	4	3	3	4	3
2	2	3	2	3	4	3	4	3
5	5	4	5	5	5	4	5	5
5	5	5	4	4	4	5	4	5
5	1	1	3	5	5	3	5	5
5	5	5	4	5	5	5	5	5
3	4	3	4	5	5	3	5	3
5	5	5	5	5	5	3	5	4
4	3	3	3	3	1	2	4	1
5	5	5	5	5	5	3	5	5
5	5	5	5	4	5	5	4	4
2	3	5	5	5	2	3	1	5
5	4	3	4	5	5	3	5	5
4	4	4	4	4	4	5	4	5

Género	Edad	Tipo de	Curso	Calificación	Gusto	Ejercicio Extenuante	Ejercicio Moderado	Ejercicio Suave	Actividad Sudar
1	14	0	1	6	3	0	2	1	0
1	12	0	1	8	5	0	2	0	2
1	13	0	1	9	5	3	6	4	1
1	12	0	1	10	5	1	7	4	2
1	14	0	1	10	4	0	3	0	1
1	13	0	1	8	3	0	2	0	2
1	13	0	1	9	5	7	7	0	1
1	12	0	1	7	5	0	0	4	1
1	14	0	1	10	5	4	0	0	1
1	12	0	1	8	4	2	5	7	1
1	14	0	2	8	3	0	2	0	0
1	13	0	2	8	3	0	0	0	0
1	13	0	2	8	3	0	0	0	0
1	13	0	2	8	5	2	0	0	1
1	14	0	2	6	4	1	3	3	2
1	15	0	2	7	5	2	3	0	1
1	14	0	2	7	5	0	2	0	1
1	13	0	2	6	5	3	4	0	1
1	15	0	3	4	2	3	4	3	2
1	13	0	3	7	3	5	1	0	1
1	14	0	3	8	5	2	7	0	1
1	14	0	3	7	3	2	7	7	1
1	14	0	3	9	4	3	5	0	2
1	14	0	3	9	3	0	0	0	0
1	14	0	3	8	5	0	2	0	1
1	14	0	3	7	2	3	0	0	1
1	14	0	3	7	5	0	5	5	2
1	15	0	3	7	4	4	6	0	2
1	15	0	3	8	4	0	0	0	1
1	14	0	3	7	3	2	5	3	1
1	14	0	3	6	1	5	3	2	1
1	15	0	4	7	5	0	4	1	2
1	15	0	4	5	3	0	2	0	0
1	16	0	4	7	2	0	2	0	1
1	15	0	4	8	3	0	2	0	0
1	16	0	4	8	4	3	0	7	1
1	15	0	4	6	3	0	4	4	2
1	15	0	4	7	5	5	5	7	1
1	16	0	4	4	2	2	2	0	1
1	15	0	4	5	2	0	0	0	0
1	15	0	4	4	5	2	7	7	1
1	15	0	4	7	4	3	7	5	2
1	15	0	4	9	5	2	2	0	1
1	17	0	5	6	1	0	0	0	2
1	18	0	5	7	5	0	7	0	1
1	16	0	5	7	3	1	5	1	1

1	17	0	5	7	3	2	2	1	1
1	16	0	5	8	5	0	5	0	0
1	16	0	5	7	2	1	7	5	2
1	17	0	6	7	5	2	1	2	1
1	17	0	6	8	4	3	2	0	2
1	19	0	6	9	5	1	1	2	1
1	20	0	6	3	5	2	0	0	1
1	19	0	6	7	5	0	3	4	1
1	17	0	6	6	5	5	6	1	2
1	18	0	6	5	3	0	2	7	0
1	18	0	6	8	5	3	4	1	1
1	17	0	6	7	5	2	2	5	0
1	17	0	6	6	3	1	7	0	1
1	17	0	6	8	5	5	7	0	2
1	17	0	6	9	5	3	2	2	2
1	17	0	6	8	5	2	2	0	2
1	17	0	6	7	2	0	3	7	1
1	17	0	6	8	4	0	2	0	1
1	19	0	6	8	4	1	2	0	0
1	18	0	6	6	3	0	5	5	0
1	18	0	6	7	3	0	5	5	0
0	13	0	1	8	4	0	5	7	1

Eg	Tare	Eg	Tare	Eg	Tare	Eg	Tare	Eg	Tare	Eg	Tare	Eg	Tare	Eg
2	3	2	4	1	5	2	5	5	2	5	2	4	4	3
2	3	4	5	1	2	5	5	2	3	2	2	1	2	2
5	5	5	4	4	1	5	5	5	5	5	4	4	4	4
5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
1	4	3	4	3	4	3	4	3	2	3	2	3	2	3
2	4	2	3	3	5	1	4	3	3	4	1	3	4	3
5	4	3	5	3	4	3	5	3	4	4	3	4	5	4
4	4	5	5	3	4	3	4	4	5	5	5	5	4	5
2	3	1	4	1	3	1	1	3	1	2	4	1	2	1
1	2	1	3	3	4	2	4	1	3	1	4	1	5	3
1	3	1	1	1	3	1	4	1	1	3	4	2	4	4
1	4	1	1	1	4	1	4	1	1	4	4	1	4	4
1	4	2	1	1	4	1	1	1	2	1	1	1	4	1
3	3	2	3	2	3	2	2	4	4	4	2	4	4	3
1	3	5	3	2	5	1	3	5	3	4	2	5	3	5
4	5	3	5	3	4	3	5	5	5	4	5	4	5	4
1	5	1	3	1	5	1	5	3	4	2	5	4	4	4
2	4	4	3	3	4	2	3	4	4	3	4	3	5	5
4	4	3	4	1	2	1	5	2	4	4	3	1	4	1
5	3	4	2	4	2	5	4	3	2	5	2	5	2	5
3	4	3	5	3	4	3	5	3	4	2	4	3	5	3
3	4	4	3	5	5	4	3	5	2	2	3	3	2	2
2	4	3	5	1	5	1	5	2	4	4	5	3	5	3
4	4	1	4	1	4	1	4	1	5	4	5	1	4	1

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

Equilibrio	Automat	Objet	Feedb	Concent	Sent.Contr	Pérdida	Distors	Autotel
4	5	5	5	5	5	5	5	5
1	3	2	4	1	4	1	3	4
4	3	5	4	4	4	4	4	5
5	5	5	5	5	5	5	5	5
3	4	5	5	3	3	5	3	4
1	1	5	3	4	4	1	5	5
3	4	5	3	4	3	2	1	5
4	3	5	5	4	5	4	5	5
3	2	3	3	2	2	3	2	1
3	2	5	1	5	3	1	5	2
4	3	4	4	3	4	1	2	4
4	3	4	4	4	3	1	2	4
4	3	1	3	4	3	1	2	4
3	3	2	3	4	3	1	3	5
3	4	5	3	3	4	5	3	5
4	4	5	5	5	5	5	3	5
4	2	4	4	5	4	4	3	5
4	5	3	4	4	4	1	3	5
3	3	4	2	4	4	4	5	4
5	3	1	2	3	2	1	2	1
3	3	4	3	3	4	1	3	4
3	3	2	2	3	3	4	5	5
5	3	4	5	5	5	2	3	5
4	3	4	4	4	4	5	4	5
5	3	2	4	5	3	5	5	4
3	5	5	5	3	5	2	2	5
1	1	2	5	5	3	1	5	3
2	2	5	2	2	2	5	5	5
3	3	3	3	3	3	4	3	3
2	3	4	3	3	2	4	2	4
4	4	4	5	4	4	5	5	4
4	3	4	5	4	4	1	5	4
4	2	4	4	4	3	4	4	4
5	2	2	3	5	3	3	3	5
3	4	4	2	4	4	4	2	4
2	5	4	4	5	5	3	4	4
3	3	4	3	4	3	4	3	4
5	3	1	2	3	1	4	5	5
4	3	4	4	4	2	5	3	5
4	3	4	4	3	3	5	2	3
4	3	5	5	5	4	3	3	3
3	5	4	3	5	4	5	5	4
5	1	4	2	3	2	2	3	5
2	4	3	3	4	3	3	4	1
2	2	5	5	5	5	5	5	4
5	3	4	4	3	4	5	4	4

4	2	4	3	2	2	3	5	2
5	4	4	3	3	4	3	4	5
5	3	4	4	5	4	4	4	5
3	4	4	4	4	2	2	4	4
4	2	2	3	2	2	4	4	6
5	3	5	5	5	5	5	3	5
1	3	4	4	4	5	5	4	2
4	4	3	3	2	4	4	3	5
4	3	4	3	2	2	4	4	5
3	4	4	3	3	3	2	3	3
4	2	4	3	5	2	5	3	5
5	5	5	5	4	4	1	3	4
4	3	3	4	4	5	4	4	3
4	3	5	4	4	4	4	2	4
4	3	4	4	3	5	5	5	5
5	2	4	2	3	3	4	4	5
3	3	4	4	3	3	4	4	3
4	5	2	2	4	2	5	5	4
5	3	4	5	4	4	5	1	3
4	3	3	3	4	4	4	4	4
4	4	3	4	4	4	4	4	4
3	3	4	2	2	4	4	3	2

Equilibrio	Automat	Objet	Feedb	Concent	Sent.Contr	Pérdida	Distors	Autotel
5	5	5	5	4	5	5	5	4
1	2	3	4	5	2	1	2	4
5	5	5	4	4	4	4	5	5
5	5	5	5	1	5	5	5	5
3	4	3	5	2	3	3	5	1
4	4	5	3	4	4	5	5	4
3	3	5	3	4	4	3	2	3
4	3	5	5	4	4	5	4	5
4	2	4	5	3	4	3	3	4
1	3	1	4	5	3	1	5	3
3	1	4	3	1	4	1	1	3
3	3	4	4	1	4	1	3	4
3	3	4	2	4	3	2	3	4
2	5	5	5	4	5	5	4	4
2	3	5	5	4	5	5	4	5
5	2	4	5	5	2	4	5	4
4	4	5	5	5	5	4	4	4
4	2	5	4	3	5	5	2	3
3	4	2	4	4	3	3	4	2
2	1	2	1	2	1	1	2	5
4	2	3	3	4	3	3	3	4
2	2	3	3	4	3	5	4	3
4	3	5	5	5	3	4	3	5
3	4	4	5	5	4	5	5	5

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

Equilibrio	Automat	Objet	Feedb	Concent	Sent.Contr	Pérdida	Distors	Autotel
4	3	5	5	1	4	5	4	5
2	2	5	2	3	4	2	4	2
5	5	4	4	5	5	5	5	5
5	5	5	5	5	5	5	5	5
3	1	3	3	5	1	3	5	2
5	4	5	4	4	4	4	5	4
2	3	4	3	4	3	4	5	5
4	5	5	4	4	4	5	5	4
3	2	3	2	3	1	2	1	5
3	2	4	5	2	4	1	1	5
4	1	4	4	4	4	1	4	5
3	3	4	4	4	4	1	3	4
2	3	4	4	4	3	4	3	4
4	3	4	5	5	4	4	5	5
3	2	5	5	5	3	5	4	5
5	3	4	5	4	5	4	5	5
3	5	4	4	4	5	4	1	4
4	5	5	5	4	4	5	2	5
4	2	3	4	3	3	3	1	4
2	2	5	1	3	1	1	3	2
3	2	3	3	3	2	2	3	3
2	3	2	4	2	2	4	5	5
5	3	5	4	5	3	2	2	5
3	1	5	5	5	1	4	5	5
2	2	4	4	5	4	1	5	5
2	4	5	5	4	4	5	4	4
5	2	5	5	5	5	1	1	5
5	2	5	5	5	5	1	1	5
3	2	2	4	4	3	3	4	4
3	2	4	5	4	3	1	3	2
4	4	5	5	3	4	4	5	5
3	2	4	4	4	2	1	5	5
4	2	2	4	3	2	4	2	4
3	2	2	3	4	3	3	4	3
2	2	4	4	3	4	4	3	4
4	4	4	4	4	5	5	4	4
3	3	3	3	3	3	3	2	4
3	3	2	2	3	1	1	5	1
4	2	3	4	2	3	5	4	4
2	2	4	2	2	2	4	1	4
3	4	5	4	4	3	4	3	3
3	2	5	4	5	3	4	5	5
5	2	5	5	3	4	2	1	5
2	4	3	4	3	2	2	3	2
5	5	5	5	4	5	5	5	5

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

Equilibrio	Automat	Objet	Feedb	Concent	Sent.Contr	Pérdida	Distors	Autotel
3	4	4	3	5	5	5	5	4
2	4	1	1	2	4	3	2	1
4	4	4	5	5	5	5	5	5
5	5	5	5	5	5	5	5	5
3	1	3	3	1	3	4	3	5
5	5	5	5	5	5	5	5	5
4	3	4	5	3	3	4	5	3
4	4	5	5	5	4	3	4	4
3	2	3	1	2	5	2	4	3
3	2	5	1	2	5	1	1	5
4	3	1	3	4	3	3	4	3
4	4	3	2	4	3	2	3	3
4	4	3	2	4	3	2	3	3
4	4	5	4	4	4	5	4	4
4	5	3	3	5	4	5	4	2
4	3	4	4	3	5	5	3	4
3	4	4	3	3	4	4	4	4
4	4	5	4	4	4	5	2	4
3	2	1	2	3	2	3	3	3
2	2	5	3	2	2	1	2	5
3	2	3	3	3	2	3	3	2
2	3	1	3	3	3	4	4	3
3	2	1	4	4	3	2	3	2

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

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

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

## 5-Bibliografía

Ames, C. (1992). Achievement goals and the classroom motivational climate. *Student perceptions in the classroom*, 327-348.

Ames, C. (1992). Motivational climate, and achievement-related patterns. *Motivation in sport and exercise*, 161-176.

Balaguer, I., Castillo, I., & Duda, J. L. (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*, 17(1).

Balaguer, I., Castillo, I., & Duda, J. L. (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*, 17(1).

Balaguer, I., Castillo, I., & Duda, J. L. (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*, 17(1).

Bracht, V. (1996). Educación Física y aprendizaje social. Educación física. *Ciencia del.*

Castillo, I., Balaguer, I., & Duda, J. L. (2007). Las orientaciones de meta y los motivos de práctica deportiva en los jóvenes deportistas valencianos escolarizados. *Revista de Psicología del Deporte*, 9(12).

Castillo, I., Balaguer, I., Duda, J. L., & García-Merita, M. L. (2004). Factores psicosociales asociados con la participación deportiva en la adolescencia. *Revista latinoamericana de psicología*, 36(3), 505-515.

Cecchini Estrada, J. A., Fernández-Losa, J. L., González González de Mesa, C., & Cecchini Applegate, C. (2013). Implementation of the self-determination model in elementary physical education. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 45(1), 97-109.

Cecchini, J. A., Gonzalez, C., Prado, J. L., & 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.

Darling, J. (1982). Education as Horticulture: some growth theorists and their critics. *Journal of Philosophy of Education*, 16(2), 173-185.

Fernández, H., Vasconcelos-Raposo, J., Lázaro, J. P., & Dosil, J. (2004). Validación y aplicación de modelos teóricos motivacionales en el contexto de la educación física. *Cuadernos de psicología del deporte*, 4.

Foucault, M. (1977). Discipline and Punish, trans. Alan Sheridan (New York: Vintage, 1979), 191.

Franco, E., Coterón, J., Martínez, H. A., & Brito, J. (2016). Perfiles motivacionales en estudiantes de educación física de tres países y su relación con la actividad física. *Suma Psicológica*.

Gimeno, E. M. C., Murcia, J. A. M., Galindo, C. M., Morell, R. F., & Ramón, M. M. (2010). El papel del clima motivacional, la relación con los demás, y la orientación de metas en la predicción del flow disposicional en educación física. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(1), 165-178.

Gómez, Á. I. P. (1998). *La cultura escolar en la sociedad neoliberal*. Ediciones Morata.

Hamilton, D. (1990). *Learning about education: An unfinished curriculum*. McGraw-Hill Education (UK).

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2003). Metodología de la investigación. *La Habana: Editorial Félix Varela*, 2.

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2003). Metodología de la investigación. *La Habana: Editorial Félix Varela*, 2.

Herrera, J. K., & Bossio, M. R. Teoría de Orientación a la Meta: Hallazgos y Aplicaciones en la Educación y la Educación Física.

Jiménez-Castuera, R., Cervelló-Gimeno, E., García-Calvo, T., Santos-Rosa, F. J., & Iglesias-Gallego, D. (2007). Estudio de las relaciones entre motivación, práctica deportiva extraescolar y hábitos alimenticios y de descanso en estudiantes de Educación Física. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 7(2), 385-401.

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

Kirk, D. (2008). Los futuros de la Educación Física: la importancia de la cultura física y de la "idea de la idea" de Educación Física. In AA. VV. *Actas V Congreso Asociación Española de Ciencias del Deporte*. León: Universidad de León.(CD-R).

Mangan, J. A. (1983). Grammar Schools and the Games Ethic in the Victorian and Edwardian Eras. *Albion*, 15(04), 313-335.

Montúa, F. (2005). Una reflexión sobre las investigaciones de Foucault del cuerpo y del poder. *Revista digital Buenos Aires vol*, 89.

Moreno Murcia, J. A., & Llamas, L. S. (2007). Predicción de la importancia concedida a la educación física según el clima motivacional y la motivación autodeterminada en estudiantes adolescentes. *Enseñanza*, 25, 11.

Moreno Murcia, J. A., Llamas, L. S., & Ruiz Pérez, L. M. (2006). Perfiles Motivacionales y su Relación con la Importancia Concedida a la Educación Física. *Psicología Educativa*, 12(1).

Moreno, J. A., González-Cutre, D., Martín-Albo, J., & Cervelló, E. (2010). Motivation and performance in physical education: an experimental test. *Journal of sports science & medicine*, 9(1), 79.

- Moreno, J. A., Zomeño, T. E., Marín, L. M., Cervello, E., & Ruiz, L. M. (2009). Variables motivacionales relacionadas con la práctica deportiva extraescolar en estudiantes adolescentes de educación física. *Apunts. Educación física y deportes*, 1(95), 38-43.
- Moreno-Murcia, J. A., Marzo, J. C., Martínez-Galindo, C., & Marín, L. C. (2011). Validación de la Escala de "Satisfacción de las Necesidades Psicológicas Básicas" y del Cuestionario de la "Regulación Conductual en el Deporte" al contexto español. (Validation of Psychological Need Satisfaction in Exercise Scale and the Behavioural Regulation in Sport Questionnaire to the Spanish context). *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*. doi: 10.5232/ricyde, 7(26), 355-369.
- Murcia, J. A. M., & Gimeno, E. C. (2006). Motivación autodeterminada y flujo disposicional en el deporte. *Anales de psicología*, 22(2), 310.
- Murcia, J. A. M., Gimeno, E. C., & Coll, D. G. C. (2007). Analizando la motivación en el deporte: un estudio a través de la teoría de la autodeterminación. *Apuntes de Psicología*, 25(1), 35-51.
- Ntoumanis, N. (2002). Motivational clusters in a sample of British physical education classes. *Psychology of Sport and Exercise*, 3(3), 177-194.
- Padua, J., Ahman, I., Apezechea, H., & Borsotti, C. (1979). *Técnicas de investigación aplicadas a las ciencias sociales* (No. 04; HM48, P3.). Fondo de cultura económica.
- Pedraz, M. V., & Polo, M. P. B. (1997). La disposición regulada de los cuerpos. Propuesta de un debate sobre la cultura física popular y los juegos tradicionales. *Apuntes. Educación física y deportes*, 2(48), 6-16.
- Pinzón, J. M. R., Rueda, R. A. R., & Villamizar, J. A. F. (año). El clima motivacional percibido y la habilidad física percibida en el deporte. Conceptos y definiciones.
- Rivera Feijoo, C. A. (2012). *La motivación sobre estilos de vida saludable en cultura física y su incidencia en los estudiantes del tercer año de bachillerato del Colegio Fiscal Mixto "El Empalme" en el año lectivo 2012-2013* (Bachelor's thesis, Babahoyo: UTB, 2012).
- Rozengardt, R. (2013). La Educación Física y el conocimiento, una relación problemática. In *10mo Congreso Argentino de Educación Física y Ciencias 9 al 13 de septiembre de 2013 La Plata*. Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Departamento de Educación Física.
- Ryan, R., & Deci, E. L. (2000). La Teoría de la Autodeterminación y la Facilitación de la Motivación Intrínseca, el Desarrollo Social, y el Bienestar. *American Psychologist*, 55(1), 68-78.
- Ryan, R., & Deci, E. L. (2000). La Teoría de la Autodeterminación y la Facilitación de la Motivación Intrínseca, el Desarrollo Social, y el Bienestar. *American Psychologist*, 55(1), 68-78.
- Ryan, R., & Deci, E. L. (2000). La Teoría de la Autodeterminación y la Facilitación de la Motivación Intrínseca, el Desarrollo Social, y el Bienestar. *American Psychologist*, 55(1), 68-78.