



UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA
SEDE CUENCA
CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA
Y DEPORTE

NIVEL DE SATISFACCIÓN DE LAS NECESIDADES PSICOLÓGICAS BÁSICAS
EN LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA EN TIEMPO DE PANDEMIA POR EL
COVID-19 EN LA UNIDAD EDUCATIVA HERLINDA TORAL

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de
Licenciada en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte

AUTORA: ANGÉLICA KATHERINE QUIZHPI CALLE

TUTOR: LCDO. MARIO GERMÁN ÁLVAREZ ÁLVAREZ, MGT

Cuenca - Ecuador

2022

CERTIFICADO DE RESPONSABILIDAD Y AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, Angélica Katherine Quizhpi Calle, con documento de identificación N° 0105550222, manifiesto que:

Soy el autor y responsable del presente trabajo; y, autorizo a que sin fines de lucro la Universidad Politécnica Salesiana puedan usar, difundir, reproducir o publicar de manera total o parcial el presente trabajo de titulación.

Cuenca, 30 de marzo del 2022

Atentamente,



Angélica Katherine Quizhpi Calle

0105550222

**CERTIFICADO DE CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR DEL TRABAJO DE
TITULACIÓN A LA UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA**

Yo, Angélica Katherine Quizhpi Calle con documento de identificación N° 0105550222, expreso mi voluntad y por medio del presente documento cedo a la Universidad Politécnica Salesiana la titularidad sobre los derechos patrimoniales en virtud de que soy autora de la Sistematización de experiencia práctica de investigación: “Nivel de satisfacción de las necesidades psicológicas básicas en las clases de educación física en tiempo de pandemia por el COVID-19 en la Unidad Educativa Herlinda Toral”, la cual ha sido desarrollada para optar por el título de: Licenciada en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, en la Universidad Politécnica Salesiana, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente.

En concordancia con lo manifestado, suscribo este documento en el momento que hago la entrega del trabajo final en formato digital a la Biblioteca de la Universidad Politécnica Salesiana.

Cuenca, 30 de marzo del 2022

Atentamente,



Angélica Katherine Quizhpi Calle

0105550222

CERTIFICADO DE DIRECCIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, Mario Germán Álvarez Álvarez con documento de identificación N° 0301494027, docente de la Universidad Politécnica Salesiana, declaro que bajo mi tutoría fue desarrollado el trabajo de titulación: NIVEL DE SATISFACCIÓN DE LAS NECESIDADES PSICOLÓGICAS BÁSICAS EN LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA EN TIEMPO DE PANDEMIA POR EL COVID-19 EN LA UNIDAD EDUCATIVA HERLINDA TORAL, realizado por Angélica Katherine Quizhpi Calle, con documento de identificación N° 0105550222, obteniendo como resultado final el trabajo de titulación bajo la opción Sistematización de experiencia práctica de investigación que cumple con todos los requisitos determinados por la Universidad Politécnica Salesiana.

Cuenca, 30 de marzo del 2022

Atentamente,



Lcdo. Mario Germán Álvarez Álvarez, Mgt.

0301494027

Resumen

El objetivo principal de este estudio fue analizar el nivel de satisfacción de las necesidades psicológicas básicas en las clases de educación física en tiempo de pandemia por el Covid-19, así como, comprobar las diferencias en función del sexo y edad. La muestra estuvo constituida por 311 estudiantes de la Unidad Educativa Herlinda Toral, comprendidos en edades de 9 a 18 años. Se utilizó la Escala de las Necesidades Psicológicas Básicas en el ejercicio adaptado a la educación física (BPNES) (Moreno, 2018). Los resultados evidenciaron que los estudiantes tienen satisfechas sus tres NPBs, en especial la necesidad de relación ($M=3.89$, $DT=0.97$). Se evidenció que no existen diferencias de acuerdo con el sexo de los estudiantes. Los estudiantes de menor edad evidencian tener sus necesidades psicológicas básicas con un valor mayor, mientras que a medida que los estudiantes crecen los valores se ven disminuidos. En conclusión, se determinó que existe un buen nivel de satisfacción dentro de las NPBs de competencia, autonomía y relación, en las clases de Educación Física, lo que indica que se da un clima motivacional dentro de las clases, y este a su vez permite la buena convivencia entre pares.

Palabras clave: Pandemia, educación física, motivación, competencia, autonomía, relación, escolares.

Abstract

The main objective of this study was to analyze the level of satisfaction of basic psychological needs in physical education classes in time of pandemic by Covid-19, as well as to check the differences according to sex and age. The sample consisted of 311 students from the Herlinda Toral Educational Unit, aged 9 to 18. The Scale of Basic Psychological Needs was used in exercise adapted to physical education (BPNES). The results showed that the students have satisfied their three NPBs, especially the need for relationship ($M=3.89$, $DT=0.97$). It was evident that there are no differences according to the sex of the students. Younger students are shown to have their basic psychological needs with a higher value, while as students grow the values are diminished. In conclusion, it was determined that there is a good level of satisfaction within the NPBs of competence, autonomy and relationship, in the classes of Physical Education, which indicates that there is a motivational climate within the classes, and this in turn allows good coexistence between peers.

Keywords: Pandemic, physical education, motivation, competence, autonomy, relatedness, school.

Introducción

La pandemia causada por el COVID-19 no solo ha afectado en el entorno de la actividad física y la educación física alrededor del mundo, sino que también ha tenido un impacto muy notorio en la salud de las poblaciones (Zielinska et al., 2020). De hecho, la participación de los estudiantes en actividades físicas ha disminuido notablemente lo que conlleva a un aumento en el riesgo de que desarrollen enfermedades físicas (Jiceh, 2021).

Desde que empezó la pandemia se implementaron medidas de distanciamiento social, y aislamiento, lo cual produjo altos Índices de Masa Corporal (IMC) y sedentarismo, afectando de una manera directa en la salud y, generando preocupaciones dado que estos comportamientos conllevan a tener mayores tasas de morbilidad por enfermedad cardiovascular, así como mortalidad a nivel mundial (Torres, 2020).

Con la finalidad de evitar el Covid-19, los niños al igual que los jóvenes dejaron de asistir a clases de una manera presencial, para adaptarse a un estilo de aprendizaje virtual, por lo mismo dejaron de moverse, ya no caminan, ni corren, y muchos menos tienen sus clases de educación física de una manera adecuada (Gavilanes, 2021). El acatarse a este nuevo estilo de aprendizaje trajo consigo problemas de salud, relacionados principalmente con aumento del nivel de sedentarismo, al igual que la disminución de la actividad física, así como también un impacto psicológico (Bravo, 2020).

Un niño necesita del movimiento para desarrollarse de manera integral y tener un estilo de vida saludable. Lastimosamente debido a las medidas que se tomaron a causa del virus por Covid 19, los niños ya no juegan, ni se desplazan, mucho menos tienen un buen aprendizaje, lo que provoca una notable disminución de actividad física, y en el bienestar psicológico (Aguilar, 2021).

El concepto de bienestar psicológico ha sido tratado desde distintas teorías y perspectivas, entre las cuales destaca la Teoría de la Autodeterminación (TAD; Deci y

Ryan, 2000), esta es una de las bases para conocer tres tipos de regulaciones comportamentales como la motivación intrínseca, motivación extrínseca y la desmotivación (Charchaoui et al., 2017).

Dentro de la TAD, Deci y Ryan (2020) señalan que existen tres Necesidades Psicológicas Básicas (NPBS), las cuales están definidas como competencia, relación y autonomía. Las clases de Educación Física deben tener un óptimo desarrollo en lo que comprende el ámbito psicológico y el bienestar personal, con la finalidad de que las mismas se lleguen a satisfacer. En esta misma línea, se señala que las NPBs son esenciales para que un ser humano tenga un buen crecimiento psicológico, al igual que puede conseguir bienestar e integridad (Deci y Ryan, 2000).

La *autonomía* está definida, como la necesidad que tiene el ser humano para tomar sus propias decisiones, es decir, el ser libre para elegir las acciones que van a realizar en dependencia de sus valores (García, 2018).

Dentro de la necesidad de *competencia*, se evidencia la conducta del ser humano al convertirse en alguien eficaz y competente, con relación a ciertos desafíos que se enfrentan en su medio (Bernández, 2020).

Finalmente, la necesidad psicológica básica de *relación*, se refiere a la capacidad que tiene el ser humano para relacionarse con los demás, y por consiguiente sentirse aceptado (Gutiérrez, 2021).

La Teoría de la Autodeterminación señala que, si estas tres NPBs se encuentran satisfechas, se ejecutará un notable aumento dentro de la motivación y la salud mental del individuo. Esto a su vez brinda a los alumnos la oportunidad conseguir un bienestar psicológico, y permite a los mismos tener un mejor rendimiento dentro del ámbito escolar (Deci y Ryan, 2000). Por otro lado, se evidenció que cuando las necesidades psicológicas

básicas de competencia y relación se cumplen, hacen que el ser humano tenga afinidad a largo plazo por la actividad física (Stover, 2017).

Cuando estas necesidades no se llegan a satisfacer, se está dando paso a una disminución del bienestar en el alumnado, las mismas se pueden proyectar en la desmotivación y un desenvolvimiento pobre dentro de las clases (Eyzaguirre, 2020), es decir, la motivación intrínseca, empieza a convertir al sujeto en alguien insatisfecho. Dentro del ambiente de la educación física, si el discente no satisface sus NPBS, va a encontrar comportamientos como depresión, deserción de la actividad física, al igual que síntomas físicos de malestar y un decadente funcionamiento psicológico.

Partiendo desde todo lo expuesto, en esta investigación se pretende conocer el Nivel de Satisfacción de las Necesidades Psicológicas Básica que poseen los estudiantes de 9 a 18 años de la Unidad Educativa Herlinda Toral en la materia de Educación Física.

Marco Metodológico

Tipo y Diseño de Investigación

El siguiente proyecto que se ejecutó en un diseño no experimental ya que no consta de un seguimiento a la muestra. Además, constó con un enfoque cuantitativo, un alcance descriptivo y de corte transversal ya que se encontró dentro de un marco temporal determinado.

Población

La población de este estudio estuvo compuesta por los estudiantes de la Unidad Educativa “Herlinda Toral” con un total de 1621 estudiantes con edades comprendidas entre 9 a 18 años, pertenecientes al cantón Cuenca, provincia del Azuay-Ecuador, de género masculino y femenino, correspondientes al año lectivo 2021-2022.

Muestra

La muestra estuvo compuesta por un total de 311 estudiantes de los cuales 125 eran hombres (40,2%) y 186 mujeres (59,8%), los cuales tenían edades comprendidas de 9 a 18 años ($M=13.83$, $DT=2.88$), a los mismos se les dividió por muestreo probabilístico estratificado en grupos de 9 a 10, 11 a 12, 13 a 15, y de 16 a 18 años. Para esto se utilizó la herramienta Nestquest, en donde se calculó el número de participantes (1621) para el 95 % de confianza, 5% de error y 50% de frecuencia esperada, procurando que participe igual número de hombres y mujeres.

Instrumento

La satisfacción de las Necesidades Psicológicas Básicas, se evaluaron mediante la Escala de las Necesidades Psicológicas Básicas en el ejercicio adaptado a la educación física (BPNES) para el contexto español (Moreno, et al., 2018). Estaba compuesta por 12 ítems que miden las tres NPBs, autonomía (4 ítems) ej. “Siento que he tenido una gran progresión con respecto a la meta que me he propuesto”, competencia (4 ítems) ej. “El ejercicio es una actividad que hago muy bien” y relaciones sociales (4 ítems) ej. “Siento que me puedo comunicar con confianza con mis compañeros/as”. Cada ítem inicia con la frase: “En las clases de educación física”. Cada ítem se respondía con una escala tipo Likert que iba desde el 1 (totalmente en desacuerdo) a 5 (totalmente en acuerdo). Esta escala tuvo un alfa de Cronbach con valores de 0.69 para la autonomía, 0.71 para la competencia y 0.86 para la relación con los demás.

Con relación a los criterios de inclusión se determinaron los siguientes: estudiantes con discapacidad física que estaban participando de forma activa en las clases de educación física, estudiantes de género masculino y femenino que estaban matriculados en el periodo educativo 2021-2022, y que se encuentren comprendidos en una edad de 9 a 18 años. Por otro lado, dentro de los criterios de exclusión se encuentra los siguientes: estudiantes que tenían algún tipo de discapacidad intelectual o mental que

les dificultaba de forma autónoma dar respuesta a la escala. Estudiantes menores de 9 años y mayores a 18 años, estudiantes que no participaban en las clases de educación física y personas que no estaban legalmente matriculados en la institución educativa.

Consideraciones Éticas

Se pidió la autorización para realizar el proyecto de investigación en la Unidad Educativa “Herlinda Toral” y se hizo firmar un consentimiento informado a los representantes legales de los estudiantes.

Procedimiento

En primer lugar, se pidió la autorización a la rectora de la Unidad Educativa “Herlinda Toral” del cantón Cuenca. Seguidamente con la ayuda de docentes de aula y de Educación Física, se citó a los padres de familia o representantes legales de los alumnos para que firmen el consentimiento informado, y en el caso de que sus representados estuvieran de manera virtual, se procedió a enviar el consentimiento mediante la plataforma de Google Forms en donde marcaban si estaban de acuerdo con la participación de sus representados en la investigación. Seguido se realizó una socialización de la escala (BPNES) a los representantes. Posterior a esto se aplicó la escala a los alumnos, empezando en el mes de septiembre y octubre con los que tenían de 9 a 10 años y 11 a 12 años, a los mismos les tomó cerca de 35 minutos en llenar la escala, aquí se realizó una modificación en cuanto a la escala Likert, ya que en lugar de emoticones, se utilizaron emoticones, empezando con un emoticón triste relacionado con el número 1, seguido a esto en el mes de diciembre procedieron a llenar la escala los estudiantes de 13 a 15 años y 16 a 18 años, a quienes les tomó un aproximado de 20 minutos en completar la misma.

Análisis de los Datos

Los datos obtenidos, de la escala, fueron trasladados en una base de datos creada en Excel. Ya con esto se procedió al análisis de datos con el programa SPSS 21.

Análisis Estadístico

Se utilizó la estadística descriptiva para determinar la media y el desvío estándar, y de esta forma dar respuesta al primer objetivo específico. Posterior a esto se utilizó la estadística inferencial para el análisis en relación con la variable sexo y la variable de grupo de edad, se utilizó la prueba ANOVA de un factor, y las pruebas Posc Hoc en el cual se dio las comparaciones múltiples.

Resultados

Los valores descriptivos de las variables de autonomía, competencia y relación en los estudiantes de la Unidad Educativa Herlinda Toral se evidencian en la Tabla 1. En relación a las NPBs, los resultados obtenidos evidenciaron que los estudiantes afirman tener satisfechas sus tres NPBs, ponen en manifiesto un valor medio más alto en la variable relación (M=3.89, DT=0.97), y la variable autonomía tiene el valor medio más bajo, pero sin considerable diferencia entre las tres variables.

Tabla 1

Análisis descriptivo del nivel de satisfacción de las NPBs en los estudiantes de la

Unidad Educativa Herlinda Toral

Subescalas	M	DT
Autonomía	3.61	0.96
Competencia	3.79	0.88
Relación	3.89	0.97

Nota: M=media; DT=desviación típica

Para analizar estos resultados se realizó la prueba Anova de un factor, con la finalidad de conseguir las diferencias en función de la variable sexo (Tabla 2), en donde no se encontraron diferencias significativas entre hombres y mujeres, las medias de las variables son cercanas (Tabla 2).

Tabla 2

Análisis diferencial del nivel de satisfacción de las NPBs de acuerdo con el sexo de los estudiantes de la Unidad Educativa Herlinda Toral

Subescalas	Hombre M (DT)	Mujer M(DT)	Sig.
Autonomía	3.66 (0.99)	3.57 (.69)	0.54
Competencia	3.82 (.85)	3.78 (.90)	0.71
Relación con los demás	3.93 (.95)	3.87 (.98)	0.61

Nota: M=media; DT=desviación típica Sig. =valor de significancia

De acuerdo con la Tabla 3, los valores en dependencia de las necesidades psicológicas de autonomía, competencia y relación son mayores en la edad de 9-10 años, mientras que conforme se van analizado las edades de 11-18 años estos valores disminuyen de manera considerable.

Tabla 3

Análisis diferencial de acuerdo con la edad de los estudiantes de la Unidad Educativa Herlinda Toral

Subescalas	9-10 años M(DT)	11-12 años M(DT)	13-15 años M(DT)	16-18 años M(DT)
Autonomía	3.96 (0.73)	3.70 (0.98)	3.48 (1.00)	3.45 (0.99)
Competencia	4.03 (0.75)	3.66 (0.90)	3.82 (0.89)	3.68 (0.91)
Relación	4.22 (0.84)	3.80 (1.10)	3.75 (0.98)	3.81 (0.96)

Nota: M=media; DT=desviación típica

En la Tabla 4, se realizó la comparación en las variables autonomía, competencia y relación en función del grupo de edad, se evidencian diferencias significativas en las tres variables en los estudiantes de menor edad (9-10) versus los estudiantes de mayor edad (16-18 años), siendo mayor la puntuación en los de menor edad en las tres variables.

Tabla 4

Análisis comparativo de acuerdo al grupo de edad de los estudiantes de la Unidad

Educativa Herlinda Toral

Variables	9-10 años vs 11-12 años	9-10 años vs 13-15 años	9-10 años vs 16-18 años	11-12 años vs 13-15 años	11-12 años vs 16-18 años	13-15 años vs 16-18 años
Autonomía	1.00	0.12	0.00**	1.00	1.00	1.00
Competencia	0.32	0.91	0.04*	1.00	1.00	1.00
Relación	0.25	0.01*	0.02*	1.00	1.00	1.00

Nota: *, $p < 0.05$; **, $p < 0.01$

Discusión

El objetivo principal de este estudio fue analizar la satisfacción de las NPBs en las clases de Educación Física en tiempo de Pandemia por el COVID-19 en la Unidad Educativa Herlinda Toral. Según el análisis descriptivo se obtuvo como resultado que los estudiantes tienen satisfechas sus tres NPBs, en especial la variable de relación con los demás, mientras que la variable autonomía es la que menos se satisface. Resultados similares se reflejan en el estudio de Gómez (2021) en donde se menciona que es muy importante que las relaciones sociales se potencien en el contexto de las clases de educación física ya que podría ser un medio de socialización entre estudiantes y el docente. También señala que sería relevante que los docentes incrementen actividades en donde se evidencie la relación entre el docente y el alumno, de esta manera se podrá conseguir una motivación autodeterminada. Martínez (2020) en un estudio realizado a adolescentes, consiguió resultados que coinciden con el anterior, e indica que es muy importante que la necesidad de relación con los demás esté satisfecha, ya que mediante la buena relación con sus pares y el docente se puede conservar y crear un estado psicológico relevante.

Con respecto al segundo objetivo relacionado con el sexo en el que existe mayor satisfacción de las NPBs en las clases de Educación Física, no se encontraron diferencias

significativas entre hombres y mujeres. Martínez (2020) indica que la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, no tienen relación con el género, sino con el clima motivacional que pueda crear el docente en las clases de educación física. Por otro lado, estudios como el de Parra (2018) afirma que las mujeres tienen mayor satisfacción en la necesidad de relación, mientras que en los hombres se desarrolla más la satisfacción de autonomía y competencia, y que esto puede ser debido a que la opinión de las mujeres no se tiene mucho en consideración a comparación de los hombres.

Con respecto al tercer objetivo relacionado con el análisis de la satisfacción de las NPBs, entorno a las edades de 9 a 18 años, se pueden determinar que durante las edades de 9 a 10 años los estudiantes tienen mayor satisfacción en sus NPBs, mientras que a medida que pasan los años las misma tienden a bajar su nivel de satisfacción, esto tiene cierta relación con un estudio realizado por Parra (2018) en donde se indica que a medida que el pasa el tiempo los humanos disminuyen su satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, y se afirma que una de las causas principales es el mal uso de estrategias didácticas, lo que genera desmotivación y deserción de la actividad deportiva. Gómez (2015) en su estudio demostró que los estudiantes de primaria tienen mejor satisfechas sus NPBs, e invita a los docentes que imparten educación física en la etapa de bachillerato, a hacer una reflexión de cómo están desarrollando sus contenidos curriculares, cómo se están preocupando sobre los intereses personales del alumnado, y las estrategias metodológicas que está implementando. Parra (2018) señaló que, con el paso de los años, si no se llegan a utilizar las estrategias metodológicas necesarias, se aumentará el nivel de desmotivación.

Conclusiones

De acuerdo al primer objetivo en relación con el nivel de satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, se determinó que existe un buen nivel de satisfacción

dentro de las NPBs de competencia, autonomía y relación, en las clases de Educación Física, teniendo más enfoque en la necesidad de relación, lo que indica que se genera un clima motivacional dentro de las clases, y este a su vez permite la buena convivencia entre pares.

En relación con el género no se encontraron diferencias significativas dentro de las tres variables, esto está relacionado con el trato equitativo que se imparte por parte del docente, en donde hombres y mujeres tienen la misma participación en las actividades propuestas en clases.

Finalmente, de acuerdo a la edad, los valores en cuanto al nivel de satisfacción son mayores cuando los estudiantes se encuentran en edades comprendidas de 9 a 10 años, mientras que en los discentes de 11 a 18 años estos valores se ven disminuidos, por lo que de parte del docente de educación física se deberían implementar estrategias en donde a medida que pase el tiempo los estudiantes puedan sentirse motivados en las clases de educación física.

Referencias Bibliográficas

- Aguilar-Farias, N., Verdugo-Miranda, F., & Cortinez-O'Ryan, A. (2021). Interés por la actividad física y recomendaciones recibidas con relación a conductas físicas durante etapas tempranas de la pandemia por COVID-19 en Chile. *Journal of Movement & Health*, 18(1). Doi:10.5027/jmh-Vol18-Issue1(2021)art115
- Arabia, J. J. M. (2020). Inactividad física, ejercicio y pandemia COVID-19. *VIREF Revista de educación física*, 9(2), 43-56.
- Bernárdez, C. (2020). *Satisfacción y frustración de las necesidades psicológicas básicas en el trabajo en profesores de educación física* (Doctoral dissertation).
- Bonilla, J. A. M., Benítez, M. C., & Galak, E. L. (2020). Apoyo motivacional docente y necesidades psicológicas básicas en la Educación Física: una revisión sistemática. *Ciencia Digital*, 4(1.1.), 5-20.
- Carrasco Beltrán, H., Fernández Uribe, S., E Reigal, R., Leiva Olmos, J., & Amador Ramírez, F. (2019). Influencia de las necesidades psicológicas básicas en los hábitos de práctica físico-deportiva de escolares de la Comuna de Valparaíso. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*.
- Castillo, L., García, J., Mayo, C., González, L. G., & Catalán, Á. A. (2021). Apoyo a las necesidades psicológicas básicas y la novedad del alumnado en una unidad didáctica de smashball en educación primaria. *EmásF: revista digital de educación física*, (73), 9-25.
- Chen, P., Mao, L., Nassis, G. P., Harmer, P., Ainsworth, B. E., & Li, F. (2020). Returning Chinese school-aged children and adolescents to physical activity in the wake of COVID-19: Actions and precautions. *Journal of sport and health science*, 9(4), 322. Doi:10.1016/j.jshs.2020.02.001
- Cuevas, R., García-Calvo, T., González, J., & Fernández-Bustos, J. (2018). Necesidades psicológicas básicas, motivación y compromiso en educación física. *Rev. Psicol.*

Deporte, 27, 97-104. <https://archives.rpd-online.com/article/download/v27-n1-cuevas-garcia-calvo-et-al/1744-13480-1-PB.pdf>

Deci, E. Ryan, M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, Recuperado de: https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1207/S15327965PLI1104_01

Del Valle, M., Matos, L., Díaz, A., Pérez, M. V., & Vergara, J. (2018). Propiedades psicométricas escala satisfacción y frustración necesidades psicológicas (ESFNPB) en universitarios chilenos. *Propósitos y representaciones*, 6(1), 301-350.

Eyzaguirre Alemán, J. B. (2020). Programa de intervención en las necesidades psicológicas básicas de niños de 8 a 10 años de un centro psicológico privado de Lima Metropolitana.

Fang, J. D. D., Teng, P. C., & Wang, F. J. (2021). The Impact of Physical Education Classes on Health and Quality of Life during the COVID-19. *Applied Sciences*, 11(19), 8813. Doi: <https://doi.org/10.3390/app11198813>

Flores Ferro, E., Maureira Cid, F., Hadweh Briceño, M., Gutiérrez Duarte, S. A., Silva-Salse, Á., Peña-Troncoso, S., ... & Lagos Olivos, C. (2021). Nivel de satisfacción de las clases online por parte de los estudiantes de Educación Física de Chile en tiempos de pandemia.

Franco Álvarez, E., Martínez Majolero, V., & Trucharte Martínez, P. (2021). Necesidades psicológicas básicas en educación física: el papel del profesor y de la metodología utilizada.

Franco, E. Propiedades Psicométricas de la BPNES Adaptada a la Educación Física en Argentina, España y Colombia. *Revista Evaluar*, 17(2).

- García, A. (2018). Satisfacción de necesidades psicológicas básicas y estilos de motivación en supervisores de empresas en Lima Metropolitana. Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas. Lima, Perú. Doi: <https://doi.org/10.19083/tesis/624066>
- Gómez López, M., Martínez Hernández, A., & Granero Gallegos, A. (2021). Satisfacción de las necesidades psicológicas básicas en las clases de Educación Física y su relación con el miedo al fallo según el género y la práctica físico-deportiva extraescolar de los estudiantes de Educación Secundaria. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*, 47(1), 303-322. Doi: 10.4067/S0718-07052021000100303
- López, M. E. C., Patón, R. N., & Camiño, S. B. (2016). Estudio de la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas de los escolares de primaria respecto a la Educación Física. *EmásF: revista digital de educación física*, (39), 102-110.
- López, J. A. H., & Ochoa-Martínez, P. Y. (2020). Enseñanza virtual en educación física en primaria en México y la pandemia por COVID-19. *Revista Ciencias de la Actividad Física*, 21(2), 1-7.
- Martínez Rubio, R., Granero Gallegos, A., & Gómez López, M. (2020). La satisfacción de las necesidades psicológicas básicas en las clases de Educación Física y su relación con la satisfacción con la vida en los adolescentes. *Revista complutense de educación*. Doi: <https://doi.org/10.5209/rced.61750>
- Menéndez Santurio, J. I., & Fernández-Río, J. (2018). Versión española de la escala de necesidades psicológicas básicas en educación física. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*.
- Mínguez Mínguez, L. A. (2020). La influencia del profesor de Educación Física en la motivación hacia la práctica de ejercicio físico y promoción de hábitos de vida saludables y dieta mediterránea durante la adolescencia.

- Moreno, J. A. M., COLL, D. G. C., Garzón, M. C., & Rojas, N. P. (2008). Adaptación a la educación física de la escala de las necesidades psicológicas básicas en el ejercicio. *Revista Mexicana de Psicología*, 25(2), 295-303.
- Murcia, J. A. M., Marín, L. C., Silva, F. B., & Coll, D. G. C. (2008). Necesidades psicológicas básicas, motivación intrínseca y propensión a la experiencia autotélica en el ejercicio físico. *Revista Mexicana de Psicología*, 25(2), 305-312.
- Núñez Catalán, C. (2020). La Educación Física en Primaria en tiempos de pandemia.
- Palacios, C. M. D., Arce Fernández, C., Sánchez Romero, E. I., & Vílchez Conesa, M. D. P. (2018). The mediating role of sport self-motivation between basic psychological needs satisfaction and athlete engagement. *Psicothema*.
- Parra-Plaza, F. J., Vílchez-Conesa, M. D. P., & De Francisco-Palacios, C. (2018). La satisfacción de las necesidades psicológicas básicas en función de la formación y experiencia del deportista: características sociodeportivas. *Revista de Psicología y Educación-Journal of Psychology and Education*, 13(2), 113-123. Doi: <https://doi.org/10.23923/rpye2018.01.162>
- Patón, R. N., Fernández, J. E. R., & Nemiña, R. E. (2016). Análisis de la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, motivación y disfrute en Educación Física en Primaria. *Sportis: Revista Técnico-Científica del Deporte Escolar, Educación Física y Psicomotricidad*, 2(3), 439-455
- Posso Pacheco, R. J., Otañez Enríquez, J. M., Paz Viteri, S., Ortiz Bravo, N. A., & Núñez Sotomayor, L. F. X. (2020). Por una Educación Física virtual en tiempos de COVID. *Podium. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 15(3), 705-716.
- Puente-Maxera, F., Méndez-Giménez, A., de Ojeda Pérez, D. M., & Belmonte, J. L. (2018). El modelo de Educación Deportiva y la orientación. Efectos en la

- satisfacción con la vida, las inteligencias múltiples, las necesidades psicológicas básicas y las percepciones sobre el modelo de los adolescentes. *SPORT TK-Revista EuroAmericana de Ciencias del Deporte*, 115-128.
- Santurio, J. I. M., Fernández-Río, J., Estrada, J. A. C., & González-Víllora, S. (2021). Acoso escolar, necesidades psicológicas básicas, responsabilidad y satisfacción con la vida: relaciones y perfiles en adolescentes. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 37(1), 133-141.
- Schönfeld, F. S., & Mesurado, B. (2020). Escala de Necesidades Psicológicas Básicas: adaptación al ámbito educativo en una muestra de adolescentes argentinos. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 13 (3), [pgIn]-[pgOut]. Obtenido de: <https://reviberopsicologia.iberu.edu.co/article/view/1984>
- Trybalski, M. I. (2020). *El acceso a la Educación (Física) en tiempo de pandemia* (Bachelor's thesis, Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación) <http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/tesis/te.1896/te.1896.pdf>
- Vicente Vieira, S., Jacob Beuttemuller, L., Silva Piovani, V. G., Arantes da Costa, L. C., & Both, J. (2020). La motivación y las necesidades psicológicas básicas en la iniciación deportiva de baloncesto. *Podium. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 15(1), 22-37.
- Vieira, S. V., Beuttemuller, L. J., da Costa, L. C. A., Piovani, V. G. S., & Both, J. (2020). Necesidades psicológicas básicas y motivación en jóvenes jugadores de baloncesto brasileños. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 20(1), 25-36.
- Zambrano Estupiñán, R. D. (2018). *La satisfacción de las necesidades psicológicas básicas en la práctica deportiva de los estudiantes con discapacidad intelectual moderada* (Master's thesis, Universidad Andina Simón Bolívar, Sede Ecuador).

Zielinska, M. A., Magdalena, G., & Ewa, M. (2020). Dietary and Lifestyle Changes During COVID-19 and the Subsequent Lockdowns among Polish Adults: PLifeCOVID-19 Study. *Nutrients*, *12*, 2324. Doi: 10.3390/nu12082324