



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

APLICACIÓN DE ESTRATEGIAS MOTIVACIONALES DE APOYO A LA  
AUTONOMÍA DE LOS ESTUDIANTES EN LAS CLASES DE EDUCACIÓN  
FÍSICA PARA FOMENTAR LA MOTIVACIÓN AUTÓNOMA EN LA ESCUELA  
DE EDUCACIÓN BÁSICA DOCE DE ABRIL

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

AUTORES: TERESA LIZBETH SANMARTIN MOROCHO

ERICK VINICIO REINOSO QUIZHPE

TUTOR: LCDO. MARIO GERMÁN ÁLVAREZ ÁLVAREZ, MGT.

Cuenca - Ecuador

2023

## CERTIFICADO DE RESPONSABILIDAD Y AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Nosotros, Teresa Lizbeth Sanmartin Morocho con documento de identificación N° 0106731847 y Erick Vinicio Reinoso Quizhpe con documento de identificación N° 0105879514; manifestamos que:

Somos los autores y responsables del presente trabajo; y, autorizamos 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, 09 de febrero del 2023

Atentamente,



Teresa Lizbeth Sanmartin Morocho

0106731847



Erick Vinicio Reinoso Quizhpe

0105879514

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

Nosotros, Teresa Lizbeth Sanmartin Morocho con documento de identificación N° 0106731847 y Erick Vinicio Reinoso Quizhpe con documento de identificación N° 0105879514, expresamos nuestra voluntad y por medio del presente documento cedemos a la Universidad Politécnica Salesiana la titularidad sobre los derechos patrimoniales en virtud de que somos autores de la Sistematización de experiencia práctica de investigación: “Aplicación de estrategias motivacionales de apoyo a la autonomía de los estudiantes en las clases de educación física para fomentar la motivación autónoma en la escuela de Educación Básica Doce de Abril”, la cual ha sido desarrollada para optar por el título de: Licenciado 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, suscribimos este documento en el momento que hacemos la entrega del trabajo final en formato digital a la Biblioteca de la Universidad Politécnica Salesiana.

Cuenca, 09 de febrero del 2023

Atentamente,



Teresa Lizbeth Sanmartin Morocho

0106731847



Erick Vinicio Reinoso Quizhpe

0105879514

## 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: APLICACIÓN DE ESTRATEGIAS MOTIVACIONALES DE APOYO A LA AUTONOMÍA DE LOS ESTUDIANTES EN LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA FOMENTAR LA MOTIVACIÓN AUTÓNOMA EN LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA DOCE DE ABRIL, realizado por Teresa Lizbeth Sanmartin Morocho con documento de identificación N° 0106731847 y por Erick Vinicio Reinoso Quizhpe con documento de identificación N° 0105879514, obteniendo como resultado final el trabajo de titulación bajo la opción de Sistematización de experiencia práctica de investigación que cumple con todos los requisitos determinados por la Universidad Politécnica Salesiana.

Cuenca, 09 de febrero del 2023

Atentamente,



Lcdo. Mario Germán Álvarez Álvarez, Mgt.

0301494027

## **Resumen**

El objetivo de este estudio fue determinar si existen diferencias significativas en los resultados de la motivación autónoma en función de los contenidos curriculares sobre los cuales se aplica el apoyo a la autonomía en las clases de educación física con estudiantes de 11 a 13 años en la Unidad Educativa Doce de abril. Participaron 97 estudiantes, de los cuales 44 fueron mujeres (45%) y 53 hombres (55%). Se utilizó un diseño cuasi-experimental, con enfoque pre-post con un grupo control (n=30); un grupo experimental 1 (n= 36) y un grupo experimental 2 (n=31) siendo a los dos últimos a los que se aplicó la intervención. Dentro de este estudio se utilizaron dos cuestionarios, el primero fue con respecto a la variable dependiente (motivación) en donde se dio uso al cuestionario de la motivación en Educación Física (CMEF) y el segundo fue el cuestionario de la escala de las Necesidades Psicológicas Básicas en la Educación Física (ENPBEF) siendo el que nos permite obtener el nivel de satisfacción de las necesidades psicológicas básicas en las clases de educación física. Para la intervención se empleó un período de 16 semanas, con un total de 32 sesiones de educación física, dos veces por semana y con una duración de 40 minutos por sesión. Como principales resultados podemos mencionar que en el grupo experimental dos, se evidencia un incremento de valores, siendo diferencias no significativas, pero encontrando una mejoría en la autonomía y la motivación autónoma. En conclusión, este estudio ha pretendido buscar cambios significativos con respecto a la motivación autónoma en función de los contenidos curriculares sobre los cuales se aplica el apoyo a la autonomía en las clases de educación física, sin embargo, la aplicación de varias estrategias motivacionales no produjo ninguna diferencia significativa, pero si una mejoría en la autonomía y motivación autónoma en el grupo experimental dos.

**Palabras clave:** Educación física, necesidades psicológicas básicas, contenidos curriculares, practicas deportivas, practicas lúdicas.

**Abstract**

The objective of this study was to determine if there are significant differences in the results of autonomous motivation based on the curricular contents on which support for autonomy is applied in physical education classes with students aged 11 to 13 in the “Doce de Abril” School of Basic Education. 97 students participated, of which 44 were women (45%) and 53 men (55%). A quasi-experimental design was used, with a pre-post approach with a control group (n=30); an experimental group 1 (n= 36) and an experimental group 2 (n=31) being the last two to whom the intervention was applied. Within this study, two questionnaires were used, the first was with respect to the dependent variable (motivation) where the motivation questionnaire in Physical Education (CMEF) was used and the second was the questionnaire of the scale of Basic Psychological Needs in Physical Education (ENPBEF) being the one that allows us to obtain the level of satisfaction of basic psychological needs in physical education classes. A period of 16 weeks was used for the intervention, with a total of 32 physical education sessions, twice a week and a duration of 40 minutes per session. As main results we can mention that in experimental group two, there is an increase in values, being non-significant differences, but finding an improvement in autonomy and autonomous motivation. In conclusion, this study has sought to look for significant changes with respect to autonomous motivation based on the curricular contents on which support for autonomy in physical education classes is applied, however, the application of several motivational strategies did not produce any significant difference, but an improvement in autonomy and autonomous motivation in the experimental group two.

**Keywords:** Physical education, basic psychological needs, curricular content, sports practices, recreational practices.

## **Introducción**

A nivel mundial, el 80% de adolescentes no cumplen con las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS), es decir, deberían dedicar al menos un promedio de 60 minutos al día a actividades físicas moderadas a intensas, principalmente aeróbicas, a lo largo de la semana, de igual forma deberían incorporar actividades aeróbicas intensas, así como aquellas que fortalecen los músculos y los huesos, al menos tres días a la semana (Organización Mundial de la Salud, 2020).

En lo que respecta a Ecuador, existen cifras significativas con respecto a esta problemática mundial, el 76% de la población infantil entre 5 y 17 años tienen niveles muy altos de inactividad física (Instituto Nacional de Estadísticas y Censos, INEC, 2021).

Esta problemática se ve agudizada aún más por la desmotivación que presentan los niños y adolescentes para realizar actividad física (Gómez et al., 2017); así como, por el abuso en el uso de las nuevas tecnologías que incrementan las conductas sedentarias en este grupo etario (Castro et al., 2017).

En nuestro contexto, ya en este año, Cabrera (2022); Cajamarca (2022); Calle (2022); Guanuche (2022); Quizhpe (2022) & Ramírez (2022), presentaron resultados relacionados con la satisfacción de las Necesidades Psicológicas Básicas (NPB) en las clases de educación física de varias instituciones educativas de la zona 6-Ecuador (Azuay, Cañar y Morona Santiago), evidenciando que no se está satisfaciendo de forma adecuada la NPB denominada autonomía, presentando valores promedios de 3.47 en una escala de 5 puntos en el grupo de edad de 11 a 18 años.

De acuerdo a un estudio realizado por Pulido et al., (2015), las NPB se relacionan positivamente con la motivación intrínseca y el disfrute de las actividades propuestas a realizar, de igual forma, señalan que esta motivación se relaciona negativamente con el aburrimiento.

Se ha encontrado que la percepción de apoyo a la autonomía se asocia positivamente con el comportamiento de la AF (Huéscar et al., 2020; Fin et al., 2019), por lo cual, es importante diseñar estrategias pedagógicas y programas educativos que favorezcan a esta (Fin et al., 2019), ya que se considera a esta como un factor principal que influye positivamente en la salud física, logrando la prevención de enfermedades: cardiovasculares, crónicas, degenerativas y en la salud mental (Barbosa & Urrea, 2018).

Se han realizado varios estudios de intervención con respecto al apoyo a la autonomía sobre las necesidades psicológicas básicas (autonomía, competencia y relación) y la motivación auto determinada de los estudiantes para las clases de educación física (EF) (Fin et al, 2019; Franco & Coteron, 2018; Haerens et al, 2020; Lebrero & Sáenz, 2019; Shannon et al, 2018; Trigueros y Navarro, 2019).

Estos estudios muestran el efecto de las intervenciones en los grupos experimentales, resaltando el incremento del apoyo a la autonomía, las necesidades psicológicas básicas y la motivación en las clases de EF, mientras que en el grupo control no se produjeron cambios destacables (Fin et al, 2019; Lebrero & Sáenz, 2019; Trigueros y Navarro, 2019).

La importancia de este estudio se centra en que en la actualidad en varios centros educativos existen bajos niveles de motivación hacia las clases de EF, por ende, es esencial la aplicación de esta intervención de apoyo a la autonomía, ya que la misma está relacionada positivamente con la intención propia de hacer ejercicio, el comportamiento de realizar AF y que los estudiantes se involucren en las actividades por voluntad e interés propio y no por algún otro factor (Cheval et al., 2019).



## **Marco Teórico**

### **La teoría de la autodeterminación**

La Teoría de la Autodeterminación (TAD) es una macro-teoría de la motivación humana que tiene relación con el desarrollo y funcionamiento de la personalidad dentro de los contextos sociales. La teoría analiza el grado en que las conductas humanas son volitivas o auto determinadas, decir, el grado en que las personas realizan sus acciones al nivel más alto de reflexión y se comprometen en las acciones con un sentido de elección (Deci y Ryan, 1985).

La misma ha sido elaborada por Edward Deci y Richard Ryan como autores principales y otros investigadores durante más de 40 años de estudio (Echeverría, 2021).

Por otro lado, se puede mencionar que esta teoría es una estrategia ampliamente usada en diferentes áreas de la psicopedagogía, donde permite que se utilice para entender y explicar el estado de ánimo o más bien la motivación de cada uno de los estudiantes, su participación, desempeño y aprendizaje en las clases de EF tanto en hombres como en mujeres (Salazar-Ayala & Gastélum-Cuadras, 2020).

Dentro del contexto educativo se ha implementado la TAD en el área de EF ya que ha sido catalogada como la disciplina con el contexto y la estructura propicia para influir positivamente e incrementar la intención hacia la AF de los niños y adolescentes en edad escolar (Salazar & Cuadras, 2020).

Asimismo, en el campo de la educación se practica esta teoría buscando incentivar a los estudiantes a realizar sus acciones formativas con plena responsabilidad y a participar más en su proyecto de vida (Ryan & Deci, 2000).

Como venimos diciendo, la TAD es una teoría general de la motivación y de la personalidad que ha evolucionado mucho. Esta evolución se ha dado a través de cuatro mini-teorías (la teoría de la evaluación cognitiva, la teoría de integración orgánica, la

teoría de las necesidades básicas y la teoría de las orientaciones de causalidad) que comparten el concepto de necesidades psicológicas básicas, y las cuales han ido surgiendo para explicar una serie de conceptos motivacionales (Moreno y Martínez, 2006).

Con respecto a las necesidades psicológicas básicas mencionamos que existen tres, las cuales están definidas como: autonomía, competencia y relación, los autores señalan que estas NPB son esenciales para que el ser humano tenga un buen crecimiento psicológico, al igual que se puede conseguir un bienestar y lograr una buena integridad (Deci & Ryan, 2020)

### ***Autonomía***

Se puede definir a la autonomía como la necesidad que tiene el ser humano para tomar sus propias decisiones, es decir, ser libre de las diferentes acciones que vaya a realizar en dependencia de sus valores y actitudes (García, 2018). También se considera como aquella que mejora la autoestima de un individuo, dando un sentido de estabilidad y seguridad hacia uno mismo, permitiendo controlar y afrontar sus propias decisiones e iniciativas (Deci & Ryan, 2020).

### ***Competencia***

En relación con la competencia, se evidencia la conducta del ser humano al convertirse en alguien eficaz y competente, con la relación de ciertos desafíos que se enfrentan en su medio que lo rodea. Es decir, son aptitudes que posee una persona, formada por las habilidades y destrezas con la que posee para desempeñar una actividad o alcanzar una meta. Lo cual se vuelve efectivo cuando hay una interacción en el entorno social para poder ejecutar su potencial al momento de encontrar diferentes maneras de enfrentar los desafíos de manera óptima y placentera (Baños et al., 2020).

## ***Relación***

Al hablar de relación, se refiere la capacidad que tiene el ser humano para relacionarse con los demás, y por ende sentirse aceptado en su entorno social (Trigueros et al., 2020).

Cuando estas necesidades no se llegan a satisfacer, se estaría contribuyendo a la disminución del bienestar de los estudiantes, esta disminución puede proyectar una desmotivación y un desenvolvimiento pobre en las clases de EF (Eyzaguirre, 2020). En fin, si el discente no satisface sus NPB, posteriormente va a encontrar comportamientos como depresión, deserción de la AF, al igual que síntomas físicos de malestar y un decaído funcionamiento psicológico (Trigueros et al., 2020).

## **Tipos de motivación de acuerdo con la TAD**

### ***Motivación intrínseca***

Es una de las maneras más autónomas de la motivación, la cual hace referencia al deseo voluntario de un individuo de ser partícipe de actividades sea por gusto o satisfacción propia, sin ningún tipo de interés ajeno a la satisfacción personal de la acción realizada (Aquino, 2017).

### ***Motivación extrínseca***

La motivación extrínseca hace referencia al hecho de llevar a cabo una determinada actividad motivado todo ello por la consecución de refuerzos externos y ajenos a la propia actividad (Cheval et al., 2019).

Existen alumnos y/o deportistas que en su mayoría se encuentran extrínsecamente motivados cuando son capaces de satisfacer sus necesidades de forma indirecta, especialmente, por medio de las compensaciones monetarias (Cruz., et al 2009).

### ***Desmotivación***

La desmotivación o conocida como no motivación hace referencia a los comportamientos que tienen falta de intención y deseo para realizar un proceder (Cheval et al., 2019)

### ***Motivación Autónoma***

La motivación autónoma constituye una gran parte de la teoría de la autodeterminación, Deci (2020) señala que este tipo de motivación es un proceso fundamental para que los estudiantes alcancen su aprendizaje, que implica que se involucren en las actividades por voluntad e interés propio y no por algún otro factor.

De igual manera, la motivación autónoma, está relacionada positivamente con la intención propia de hacer ejercicio, el comportamiento de realizar AF y la calidad de vida cada uno de los sujetos (Cheval et al., 2019).

Varios estudios señalan que existe un beneficio positivo en el uso de apoyo a la autonomía por parte del docente de EF, demostrando la mayor flexibilidad en la enseñanza y tomando en cuenta las perspectivas de cada estudiante. Este accionar aporta de manera positiva a las NPB, ya que resulta un aumento del compromiso e implicación en su propio aprendizaje, a su vez mayor rendimiento (Behzadnia et al., 2017; Cuevas et al., 2018; Gómez, 2013).

### ***Apoyo a la autonomía***

Algunos estudios han corroborado la idea de que cuando los docentes emplean estrategias motivacionales que apoyan las necesidades psicológicas básicas de los estudiantes, se optimizan los resultados positivos en la motivación (Moreno-Murcia, 2021).

Así mismo, las estrategias motivacionales se pueden definir como el conjunto de acciones planificadas cuyo fin primordial es motivar a los estudiantes para que con

disposición y entusiasmo realicen sus actividades del proceso enseñanza aprendizaje con éxito, al logro de los objetivos propuestos (Quena, 2020).

Con lo antes mencionado, hemos puesto énfasis en ciertas estrategias de apoyo a la autonomía propuestas por Barrachina (2021), en donde establece 25 de las mismas con su respectivo grado de dificultad, teniendo en cuenta y aplicando 3 estrategias dentro de este estudio.

De igual forma, mencionan ciertas unidades didácticas mediante las cuales se encontraron cambios significativos con relación a la autonomía tales como: atletismo y baloncesto (Burgueño et al, 2018; Lebrero et al, 2019; Navarro et al, 2018).

En tal virtud, el propósito de estudio fue el determinar si existen diferencias significativas en los resultados de la motivación autónoma en función de los contenidos curriculares sobre los cuales se aplica el apoyo a la autonomía en las clases de educación física con estudiantes de 11 a 13 años en la Unidad Educativa “Doce de abril”.

## **Metodología**

### ***Tipo y Diseño de Investigación***

Este estudio fue de diseño cuasi experimental, con enfoque pre-post intervención (un grupo control y dos grupos experimentales), se desarrolló durante el periodo lectivo 2022-2023, en la ciudad de Cuenca- Ecuador.

### ***Participantes***

Los participantes para esta investigación fueron los estudiantes de octavo año de Educación General Básica (EGB) paralelos A, B y C, de la Escuela de Educación Básica “Doce de Abril” de la ciudad de Cuenca-Ecuador. Se contó con un total de 97 participantes, donde el 55% fueron hombres (53) y el 45% mujeres (44), con una media de edad de  $12.2 \pm 0.43$  años. El muestro que se utilizó fue no aleatorio a conveniencia, este tipo de muestreo es una técnica donde las muestras de la población se seleccionan

solo porque están convenientemente disponibles para el investigador. La muestra se dividió en tres grupos: un grupo control (30), grupo experimental uno (36), grupo experimental dos (31).

Los criterios de inclusión que debían cumplir los participantes fueron los siguientes: a) estudiantes matriculados oficialmente para el año lectivo 2022-2023; b) estudiantes que participan de las clases de educación física de forma activa; c) estudiantes que tengan autonomía para llenar los instrumentos de evaluación; d) estudiantes que tengan una edad entre 12 y 13 años.

### ***Técnicas e Instrumento***

Con respecto a la recopilación de datos en relación a la variable dependiente (motivación) se utilizó la técnica de la encuesta con dos cuestionarios el de motivación en Educación Física (CMEF) de Sánchez-Oliva et al. (2012) y el cuestionario de la escala de las Necesidades Psicológicas Básicas en la Educación Física (ENPBEF) de Moreno-Murcia (2011), estos instrumentos son para para calcular la motivación en contextos educativos.

El primer cuestionario (CMEF) constó de un total de 20 ítems encaminadas a valorar la motivación en las clases de educación física, dichas preguntas fueron presentadas por la frase inicial «Yo participo en las clases de educación física...», presentadas en una escala tipo Likert de 5 puntos, donde 1 correspondía a totalmente en desacuerdo y 5 a totalmente de acuerdo, dicho instrumento fue aplicado al grupo control y a los dos grupos experimentales.

De igual forma, el cuestionario (ENPBEF) constó de 12 ítems que miden las tres NPBs, para la autonomía (4 ítems) ej. “los ejercicios que realizo son los que me gustan hacer”, competencia (4 ítems) ej. “realizo los ejercicios de forma correcta”, relación (4 ítems) ej. “me siento muy a gusto cuando hago ejercicio con los/as demás

compañeros/as”. Dichos ítems empezaban con la frase «En las clases de educación física ...», con una valoración en escala tipo Likert de 5 puntos siendo 1 (totalmente en desacuerdo) y 5 (totalmente de acuerdo).

El nivel de fiabilidad de los dos instrumentos utilizados (Alfa de Cronbach) fue de 0.8.

### ***Procedimiento***

Esta investigación se inició con la respectiva gestión de permisos a las autoridades de la Escuela de Educación Básica “Doce de Abril”. Seguido de esto se dio paso a una reunión con los padres de familia y representantes legales de cada uno de los participantes con el objetivo de socializar el proyecto de investigación y solicitar la firma del consentimiento informado de igual forma se socializó con los participantes para obtener la firma del asentimiento informado de cada uno de ellos.

En la parte inicial de la intervención se aplicó la encuesta correspondiente usando los instrumentos antes mencionados, dichos cuestionarios se desarrollaron en Microsoft Word para luego ser impreso y llenados por parte de los estudiantes participantes. La duración aproximada de dar respuesta al cuestionario fue de 8 a 10 minutos.

Para la intervención se empleó un período de 16 semanas, con un total de 32 sesiones de EF, dos veces por semana y con una duración de 40 minutos por sesión. Cada una de estas sesiones fueron dirigidas e impartidas por el grupo investigador dividido en dos grupos experimentales y un grupo control, en el grupo experimental uno se trabajó en las unidades didácticas de Atletismo y Gimnasia, en el grupo experimental dos se trabajó en las unidades didácticas de Baloncesto y Fútbol y por último el grupo control que fue dirigido por el docente tutor trabajaron las unidades didácticas de juegos tradicionales y juegos cooperativos.

**Tabla 1***Estrategias motivacionales aplicadas por cada sesión de clase.*

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Preguntar al alumno sobre sus preferencias en relación con una tarea.	x				x		x			x			x			x
Ofrecer a elección del alumno (agrupaciones, materiales y espacios).			x		x			x			x			x		
Ofrecer posibilidades de experimentación a los estudiantes (aprendizaje basado en problemas más trabajo cooperativo con asignación de roles).				x		x			x			x				x

Autor: Elaboración propia

Una vez realizada la intervención se volvió a evaluar a los grupos participantes para analizar el efecto producido por esta y obtener los resultados significativos esperados.

### ***Análisis Estadístico***

Para realizar el análisis de todos los datos obtenidos dentro de estudio, se utilizó el software SPSS versión 26.0. Para realizar el análisis de todos los datos obtenidos dentro de estudio, se utilizó el software SPSS versión 26.0. En primer lugar, se utilizó un alfa de cronbach para obtener el nivel de fiabilidad de los instrumentos aplicados obteniendo un 0.8 de fiabilidad, de igual manera se utilizó el análisis ANOVA de un factor para analizar datos diferenciales como el sexo, grupo y edad, posterior a ello utilizó las pruebas post hoc para realizar comparaciones múltiples entre grupos en comparación a las hipótesis establecidas.



## Resultados

**Tabla 2**

*Características de los participantes*

n=97		Edad	
Sexo	Cantidad	M	DE
Mujer	44 (45%)	12.25	0.44
Hombres	53 (55%)	12.25	0.43

Nota: n, total de participantes; M, media; DE, desvío estándar.

**Tabla 3**

*Diferencias entre grupos antes de la intervención*

Variables	Grupo control		Grupo experimental 1		Grupo experimental 2	
	(n= 30)	M(DE)	(n= 36)	M(DE)	(n= 31)	M(DE)
Autonomía	3.33	(0.89)	3.76	(0.95)	3.47	(1.02)
Motivación Autónoma	4.05	(1.03)	4.40	(0.77)	3.93	(0.97)

Nota: n, total de participantes; M, media; DE, desvío estándar;

p, nivel de significancia; \*\* $p < 0.05$ ; \* $p < 0.01$

**Tabla 4**

*Comparación de los efectos de intervención*

Variables		Grupo control		Grupo experimental 1		Grupo experimental 2	
		(n= 30)	$p$	(n= 36)	$p$	(n= 31)	$p$
		M(DE)		M(DE)		M(DE)	
Autonomía	Pre	3.33 (0.89)	0.33	3.76 (0.95)	0.80	3.47 (1.02)	0.50
	Post	3.68(0.90)		3.29(0.90)		3.74(1.03)	
Motivación Autónoma	Pre	4.05 (1.03)	0.74	4.40 (0.77)	0.03	3.93 (1.06)	0.75
	Post	3.96 (1.02)		3.95 (0.76)		4.01 (1.11)	

Nota: n, total de participantes; M, media; DE, desvío estándar; p, nivel de significancia

**Tabla 5***Análisis comparativo post intervención*

Variables	Grupo control vs Grupo experimental 1			Grupo control vs Grupo experimental 2			Grupo experimental 1 vs Grupo experimental 2		
	M (DE)	M (DE)	<i>P</i>	M (DE)	M (DE)	<i>P</i>	M (DE)	M (DE)	<i>P</i>
Autonomía	3.68(0.90)	3.29(0.90)	0.31	3.68(0.90)	3.74(1.03)	1.00	3.29(0.90)	3.74(1.03)	0.16
Motivación Autónoma	3.96 (1.02)	3.95 (0.76)	1.00	3.96 (1.02)	4.01(1.11)	1.00	3.95 (0.76)	4.01 (1.11)	1.00

Nota: M, media; DE, desvío estándar; p, nivel de significancia; \*\*p <0.05; \*p<0.01

## **Discusión**

El objetivo de este estudio fue determinar si existen diferencias significativas en los resultados de la motivación autónoma en función de los contenidos curriculares sobre los cuales se aplica el apoyo a la autonomía en las clases de educación física con estudiantes de 11 a 13 años en la Unidad Educativa “Doce de abril”. Con relación a la hipótesis principal de este estudio donde se planteaba que, si se aplican estrategias motivacionales para el apoyo a la autonomía en las clases de educación física con estudiantes de 13 a 15 años, entonces se mejorará de forma significativa la motivación autónoma hacia estas clases (Olav-Ulstad et al., 2018). Podemos establecer que de una u otra manera se confirma ya que hubo una mejoría con respecto al tipo de motivación antes mencionada.

Teniendo en cuenta lo antes mencionado y con los resultados reflejados dentro de este estudio, no se lograron encontrar cambios significativos con la aplicación de estrategias motivacionales de apoyo a la autonomía, sin embargo, algunos estudios muestran el efecto de las intervenciones en los grupos experimentales, resaltando el incremento del apoyo a la autonomía, las necesidades psicológicas básicas y la motivación en las clases de EF, mientras que en el grupo control no se produjeron cambios destacables (Fin et al, 2019; Haerens et al, 2018; Franco & Coteron, 2018; Ulstand et al, 2018).

Con respecto a las tablas con los datos obtenidos, de acuerdo a las diferencias entre grupos antes de la intervención, se puede observar que tanto para las dos variables, los grupos experimental uno, dos y grupo control, empezaron con un rango similar antes de la intervención, es decir, en lo que respecta a la autonomía, el grupo experimental uno empieza con una media de 3.76 y un desvío estándar de 0.95 siendo el número más alto de esta variable entre los tres grupos, de igual forma con respecto a la motivación

autónoma es el mismo grupo ya mencionado quien presenta una media de 4.40 y un desvío estándar de 0.77, estos son los rangos de las variables independientes con el que los diferentes grupos empezaron antes de aplicar las diferentes estrategias motivacionales en diferentes bloques curriculares (ver tabla 3).

En lo que respecta a la diferencia entre la pre y la post intervención (ver tabla 4), en el grupo control y el grupo experimental dos se observa un incremento de acuerdo a la autonomía, así mismo, se puede evidenciar que en el grupo experimental dos hubo un incremento en los valores obtenidos en la pre intervención con relación a la motivación autónoma, sin embargo, el  $p$  valor obtenido en la post intervención va más allá de 0.05 lo que representa que aquellos valores no tienen significancia. De acuerdo a todos los resultados encontrados durante esta intervención con valores no significativos podemos señalar que de una u otra manera refuta las diferentes teorías desde las cuales fue encaminada esta intervención, es decir, la teoría de la autodeterminación, que manifiesta que el apoyo a la autonomía del docente de educación física genera en los estudiantes mayores niveles de satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, especialmente la autonomía, además de la motivación intrínseca, las emociones y pensamientos positivos de sí mismo, las intenciones de realizar actividad física en el tiempo libre y el comportamiento futuro hacia la práctica deportiva (Gonzales. 2017). Sin embargo, en este estudio a pesar de haber aplicado estrategias encaminadas a mejorar los niveles de motivación autónoma no se logró obtener datos significativos.

Por otro lado, teniendo en cuenta los resultados obtenidos de la intervención y haciendo una comparación por grupos podemos mencionar que, el grupo control supera los valores del grupo experimental uno en relación con las variables, comparando los resultados del grupo control y experimental dos se evidencia un incremento de valores en este último grupo, siendo valores no significativos, por último poniendo énfasis en los

resultados y comparando los dos grupos experimentales, podemos evidenciar una diferencia entre estos, llevándose los valores altos al grupo experimental dos, así mismo, siendo valores no significativos dentro de este estudio. Revisando otros estudios y comparándolos nos enfocamos en el estudio de Valero (2019) quien en el mismo se puede evidenciar valores significativos en el grupo experimental, siendo un estudio contrario a los resultados obtenidos de esta intervención.

### **Conclusiones**

En este estudio de intervención se ha pretendido buscar cambios significativos con respecto a la motivación autónoma en función de los contenidos curriculares sobre los cuales se aplica el apoyo a la autonomía en las clases de educación física, sin embargo, la aplicación de varias estrategias motivacionales no produjo ninguna mejora significativa, pero sí un pequeño cambio de acuerdo a la motivación autónoma entre grupo control y grupo experimental dos.

Si bien es cierto, no se logró obtener los resultados que se pretendía aplicando estrategias motivacionales en las clases de educación física, pero quedan datos para futuras investigaciones, en donde se pueda desarrollar en un diferente contexto o contenidos curriculares.

Por ello lo que sugiere a nuevas líneas de investigación la necesidad de desarrollar programas de formación para conseguir que los docentes generen un clima motivacional óptimo en las clases de EF.

Entre las limitaciones de este estudio se encuentra el tipo de muestra que seleccionamos, siendo la no aleatoria, otra limitante fue el manejo del grupo control por parte del docente tutor, ya que al momento de impartir las clases de educación física no cumplía con las actividades planificadas por cada bloque curricular.

## Referencias Bibliográficas

- Behzadnia, B., Mohammadzadeh, H., & Ahmadi, M. (2017). Autonomy-supportive behaviors promote autonomous motivation, knowledge structures, motor skills learning and performance in physical education. *Current Psychology*, 38(6), 1692-1705. <https://doi.org/10.1007/s12144-017-9727-0>
- Burgueño, R., Cueto-Martín, B., Morales-Ortiz, E., Silva, P. C., & Medina-Casaubón, J. (2018). Clarifying the influence of sport education on basic psychological need satisfaction in high school students. *Motricidade*, 14(2-3), 48-58. <https://doi.org/10.6063/motricidade.13318>
- Cabrera Medina, J. A. (2022). *Satisfacción de las necesidades psicológicas básicas de los estudiantes en las clases de educación física en la Unidad Educativa "Zoila Esperanza Palacio" en tiempos de COVID-19* (Bachelor's thesis).
- Cajamarca Chimbo, J. F. (2022). *Satisfacción de las necesidades psicológicas básicas de los estudiantes de la Unidad Educativa Santa María de la Esperanza en tiempos de COVID-19* (Bachelor's thesis).
- Calle López, B. E. (2022). *Nivel de satisfacción de las necesidades psicológicas básicas en las clases de educación física en tiempo de pandemia por el Covid-19 de los estudiantes de 9 a 18 años de la Unidad Educativa Técnico Salesiano* (Bachelor's thesis).
- Castro-Sánchez, M., Linares Manrique, M., Sanromán-Mata, S., & Pérez-Cortés, A. J. (2017). Análisis de los comportamientos sedentarios, práctica de actividad física y uso de videojuegos en adolescentes. *Sportis*, 3(2), 241-255.
- 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.

- Escribano, L. G., Casas, A. G., Fernández-Marcote, A. E., López, P. J. T., & Marcos, M. L. T. (2017). Revisión y análisis de los motivos de abandono de práctica de actividad física y autopercepción de competencia motriz. *Journal of Negative and No Positive Results: JONNPR*, 2(2), 56-61. Gómez Rijo, A., Hernández Moreno, J., Martínez Herráez, I., & Gámez Medina, S. (2014). *Necesidades psicológicas básicas en Educación Física según el género y el curso del estudiante*. *Revista de Investigación Educativa*, 32(1). <https://doi.org/10.6018/rie.32.1.172311>
- 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. Universidad de Lima. <https://doi.org/10.26439/ulima.tesis/11321>
- Fin, G., Moreno-Murcia, J. A., León, J., Baretta, E., & Júnior, R. J. N. (2019). Interpersonal autonomy support style and its consequences in physical education classes. *PLOS ONE*, 14(5), e0216609. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0216609>
- Franco, E., & Coterón, J. (2018). Influencia de la viabilidad percibida por los profesores en el desarrollo de estrategias motivacionales sobre la motivación del alumnado en clase Educación Física. *Ágora Para La Educación Física y El Deporte*, 20(2-3), 235-255. <https://doi.org/10.24197/aefd.2-3.2018.235-255>
- García-Calvo, T., Marcos, F. M. L., Sánchez-Miguel, P. A., Alonso, D. A., & Sánchez-Oliva, D. (2018). Adaptación a la expresión corporal del Cuestionario de Apoyo a las Necesidades Psicológicas Básicas. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 10(2), 867-884.

- Godínez-Ayala, J., García-Martínez, S., Molina-García, N., & Ferriz-Valero, A. (2021). Análisis de la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas a través del Xecball y del atletismo. *Transformar*, 2(1), 4–16. Recuperado a partir de <https://revistatransformar.cl/index.php/transformar/article/view/11>
- Guanuche, G. (2022). *Satisfacción de las necesidades psicológicas básicas de los estudiantes en las clases de educación física en la Unidad Educativa “Vicente Anda Aguirre” en tiempos de COVID-19* (Bachelor's thesis).
- González-Cutre, D. (2017). Estrategias didácticas y motivacionales en las clases de educación física desde la teoría de la autodeterminación. *E-Motion: Revista de educación, motricidad e investigación*, (8), 44-62.
- INEC. (2021). Actividad Física y comportamiento sedentario. Recuperado de: <https://www.ecuadorencifras.gob.ec/actividad-fisica-y-sedentarismo/>
- Lebrero Casanova, I., Almagro, B. J., & Sáenz-López, P. (2019). Estilos de enseñanza participativos en las clases de Educación Física y su influencia sobre diferentes aspectos psicológicos | Participatory teaching styles in Physical Education classes and their influence on different psychological aspects. *ESPIRAL. CUADERNOS DEL PROFESORADO*, 12(25), 30–39. <https://doi.org/10.25115/ecp.v12i25.2286>
- Navarro Patón, R., Cons Ferreiro, M., & Eirín Nemiña, R. (2018). Efecto de una unidad didáctica basada en juegos competitivos en la motivación, necesidades psicológicas básicas y disfrute en alumnado de Educación Primaria. *Sportis. Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*, 4(1), 111–125. <https://doi.org/10.17979/sportis.2018.4.1.2900>
- Organización Mundial de la Salud. (2022). Actividad Física. Recuperado de: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>



- Quizhpi Calle, A. K. (2022). 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 (Bachelor's thesis).
- Ramírez Rojas, R. A. (2022). Satisfacción de las necesidades psicológicas básicas de los estudiantes en las clases de educación física en la Unidad Educativa “24 de mayo” (Bachelor's thesis).
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2020). Intrinsic and extrinsic motivation from a self-determination theory perspective: Definitions, theory, practices, and future directions. *Contemporary Educational Psychology*, 61, 101860. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2020.101860>
- 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. DOI: 10.1037/110003-066X.55.1.68
- Salazar-Ayala, C. M., & Gastélum-Cuadras, G. (2020). Teoría de la autodeterminación en el contexto de educación física: Una revisión sistemática (Self-determination Theory in the Physical Education context: A systematic review). *Retos*, 38, 838–844. <https://doi.org/10.47197/retos.v38i38.72729>
- Sánchez-Oliva, D., Leo, F. M., Amado, D., Cuevas, R., & García-Calvo, T. (2013). Desarrollo y validación del cuestionario de apoyo a las necesidades psicológicas básicas en educación física. *Motricidad: European Journal of Human Movement*, 30.
- Shannon, S., Brennan, D., Hanna, D., Younger, Z., Hassan, J., & Breslin, G. (2018). The Effect of a School-Based Intervention on Physical Activity and Well-Being: A Non-Randomised Controlled Trial with Children of Low Socio-

Economic Status. Sports Medicine - Open, 4(1).

<https://doi.org/10.1186/s40798-018-0129-0>

Trigueros, R., Álvarez, J. F., Cangas, A. J., Aguilar-Parra, J. M., Méndez-Aguado, C., Rocamora, P., & López-Liria, R. (2020). Validation of the Scale of Basic Psychological Needs towards Physical Exercise, with the Inclusion of Novelty. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(2), 619.

<https://doi.org/10.3390/ijerph17020619>

Trigueros, R. T., & Navarro, N. N. (2019). La influencia del docente sobre la motivación, las estrategias de aprendizaje, pensamiento crítico y rendimiento académico de los estudiantes de secundaria en el área de Educación Física.

*Revistas Universidad de Almería*, Vol. 11.

<https://doi.org/10.25115/psye.v10i1.2230>

Valero, A., Lopez, G., Moreno, J. A., y Manzanoz, D. (2019). From students' personal and social responsibility to autonomy in physical education classes.