



**UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA**

**SEDE CUENCA**

**CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE**

APLICACIÓN DE ESTRATEGIAS MOTIVACIONALES DE APOYO A LA AUTONOMÍA  
PARA FOMENTAR LA MOTIVACIÓN AUTÓNOMA DE LAS CLASES DE EDUCACIÓN  
FÍSICA DE LOS ESTUDIANTES DE PRIMERO DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD  
EDUCATIVA COLEGIO MILITAR N° 4 “ABDÓN CALDERÓN”

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

AUTORES: JORGE YORDY MIGUITAMA GONZALEZ

JOSÉ CARLOS AGUILAR CAJAS

TUTOR: LCDO. JULIO CÉSAR CHUQUI CALLE

Cuenca - Ecuador

2023

## CERTIFICADO DE RESPONSABILIDAD Y AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Nosotros, Jorge Yordy Miguitama Gonzalez con documento de identificación N° 0106508674 y José Carlos Aguilar Cajas con documento de identificación N° 0106445331; 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, 03 de febrero del 2023

Atentamente,



---

Jorge Yordy Miguitama Gonzalez  
0106508674



---

José Carlos Aguilar Cajas  
0106445331

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

Nosotros, Jorge Yordy Miguitama Gonzalez con documento de identificación N° 0106508674 y José Carlos Aguilar Cajas con documento de identificación N° 0106445331 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 para fomentar la motivación autónoma de las clases de educación física de los estudiantes de primero de bachillerato de la Unidad Educativa Colegio Militar N° 4 “Abdón Calderón”, 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, 03 de febrero del 2023

Atentamente,



---

Jorge Yordy Miguitama Gonzalez  
0106508674



---

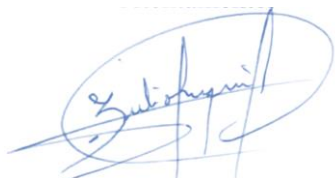
José Carlos Aguilar Cajas  
0106445331

## CERTIFICADO DE DIRECCIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, Julio César Chuqui Calle con documento de identificación N° 0102369394 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 PARA FOMENTAR LA MOTIVACIÓN AUTÓNOMA DE LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA DE LOS ESTUDIANTES DE PRIMERO DE BACHILLERATO DE LA UNIDAD EDUCATIVA COLEGIO MILITAR N° 4 “ABDÓN CALDERÓN”, realizado por Jorge Yordy Miguitama Gonzalez con documento de identificación N° 0106508674 y por José Carlos Aguilar Cajas con documento de identificación N° 0106445331 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, 03 de febrero del 2023

Atentamente,



---

Lcdo. Julio César Chuqui Calle  
0102369394

## **Resumen**

El objetivo de este estudio fue determinar si los resultados difieren en la motivación autónoma en función de los contenidos sobre los cuáles se apliquen apoyo a la autonomía (AA) en las clases de educación física (EF) con los estudiantes de primero de bachillerato general unificado del Colegio Militar N° 4 “Abdón Calderón”. El programa contó con la participación de 67 estudiantes, siendo de ellos 40 hombres con una media de edad de 14.6 y 27 mujeres con una media de 14.7. Se utilizó un diseño cuasi experimental de tipo cuantitativo, con un grupo control y dos grupos experimentales, el grupo control se conformó por 22 estudiantes, el grupo experimental uno por 23 estudiantes y el grupo experimental dos por 22 estudiantes. Se emplearon dos tipos de cuestionarios, el primero se basó en evaluar el apoyo a la autonomía, por ende, se utilizó la Escala de las Necesidades Psicológicas Básicas (NPB) en las clases de EF adaptado cultural y lingüísticamente para el contexto de este estudio Murcia et al. (2008), mientras que el segundo se encaminó a evaluar la motivación autónoma (MA), por lo tanto, se utilizó el cuestionario de motivación en educación física (CMEF) (Sánchez et al., 2012). Los resultados alcanzados muestran valores significativos en un grupo experimental tras la intervención. Por lo tanto, el programa de estrategias de AA los resultados no difieren en la MA en función a los contenidos curriculares en los que se aplique AA.

**Palabras clave:** Apoyo a la autonomía, estrategias motivacionales, educación física, motivación autónoma y necesidades psicológicas básicas

## **Abstract**

The objective of this study was to determine if the results differ in autonomous motivation depending on the contents on which support for autonomy is applied in physical education classes

with the students of the first year of the unified general baccalaureate of the Military College No. 4 " Abdon Calderon". The program had the participation of 67 students, 40 of them men with an average age of 14.6 and 27 women with an average age of 14.7. A quantitative quasi-experimental design was used, with a control group and two experimental groups, the control group was made up of 22 students, the experimental group one of 23 students, and the experimental group two of 22 students. Two types of questionnaires were used, the first was based on evaluating support for autonomy, therefore, the Scale of Basic Psychological Needs (NPB) was used in physical education classes, culturally and linguistically adapted for the context of this study. Murcia et al. (2008), while the second was aimed at evaluating autonomous motivation, therefore, the Physical Education Motivation Questionnaire (CMEF) (Sánchez et al., 2012) was used. The results achieved show significant values in an experimental group after the intervention. Therefore, in the AA strategies program, the results do not differ in autonomous motivation depending on the curricular contents in which AA is applied.

**Keywords:** Autonomy support, motivational strategies, physical education, autonomous motivation, basic psychological needs.

## **Introducción**

La poca actividad física (AF) ha demandado un incremento de mortalidad que ha llegado a los cinco millones de fallecimientos al año, según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020).

El problema se acentúa si nos centramos en el sexo femenino, ya que el 85% no llegan al nivel mínimo recomendado, frente al 78% del sexo masculino (OMS, 2019).

Para situarnos en la realidad del Ecuador, de acuerdo con el Instituto Ecuatoriano de Estadísticas y Censos (INEC, 2022), el 76% de personas de cinco a 17 años tienen una AF

insuficiente, es decir, 3.4 millones no cumplen con los tiempos propuestos por la OMS. Como resultado se presentan vastas consecuencias, entre ellas la falta de motivación por parte del alumnado a participar a lo largo de las clases de educación física (EF), en pocas palabras el riesgo de padecer sobrepeso y obesidad a futuro en este grupo poblacional es alto (Fernandez et al., 2021).

Las Necesidades psicológicas básicas (NPB) son aspectos innatos, universales y esenciales para el bienestar y la salud de cada persona. Dicho esto, las NPB (autonomía, competencia y relación) son un aspecto natural del ser humano que se aplica a todas las personas.

La autonomía se refiere a la disposición del estudiante a involucrarse en actividades por voluntad propia. En este sentido, existen dos principales direcciones, la primera está orientada hacia la autonomía, que es la predisposición a iniciar comportamientos y está conducida por un clima de libre elección, apoyo y dominio de la conducta; mientras que la otra está orientada hacia el control, alusiva a la manera de actuar de acuerdo a directrices externas o internas y que está asociada por un efecto de coerción (Ramos, 2021).

Jaramillo (2021), menciona que la competencia ocurre cuando la persona se siente eficaz sobre sus conductas. Se acerca a la autoeficacia, que se reconoce cuando una persona emprende nuevas tareas desafiantes y trata de dominarlas. “Apoyar la competencia es brindar confianza a los alumnos en su capacidad para superar desafíos”, por lo que no se trata de una habilidad adquirida, sino una sensación de familiaridad y seguridad en la acción.

La Relación describe los esfuerzos que hacen las personas para relacionarse con los demás, cuidar del otro o crear relaciones genuinas. Los sujetos necesitan experimentar su participación en contacto con otros significativos, vinculándose con ellos en lazos de cuidado y afecto mutuo (Almagro et al., 2019).

Si las NPB se satisfacen progresivamente, las personas se desarrollan de forma efectiva, caso contrario, las personas muestran signos de funcionamiento subóptimo al no satisfacer dichas necesidades (López, 2019). En este sentido, Fabra et al. (2020), asumen que el Apoyo a la autonomía (AA) es fundamental para satisfacer la NPB. Para este contexto Baena et al. (2021) entiende al AA como el nivel de independencia y control sobre las elecciones ejecutadas por un individuo, predice positivamente la diversión y de manera negativa al aburrimiento en las clases de EF. En este sentido, las clases de EF representan escenarios ideales para generar experiencias positivas, como la importante influencia de los docentes sobre la necesidad de autonomía de los estudiantes con la instauración de hábitos que satisfagan dicha necesidad.

Además, los docentes que nutren las NPB impulsando el AA en sus estudiantes incitan la regulación de la motivación autónoma (MA), de hecho, cuando el docente a modo de modelo social adopta una actitud receptiva y abierta, a través de un estilo de AA, le resulta más fácil empatizar con sus alumnos y nutrir sus preferencias e intereses. Para esto Jaramillo (2021) menciona que la MA está asociada a la satisfacción y el bienestar, además se caracteriza por ser iniciada y mantenida por factores distintos a los intereses personales del estudiante. Reeve (2010) citado por Díaz et al. (2019), sostiene que la MA influye en los estudiantes para emprender que desde su propia voluntad e intereses que participen en actividades de aprendizaje, ya que su comportamiento se basa en las preferencias y deseos que guían la decisión de participar en las actividades escolares.

Eyzaguirre (2020), menciona que cuando estas necesidades no se llegan a satisfacer, se está dando paso a una disminución del bienestar en el alumnado, mismas se pueden proyectar en la desmotivación y un desenvolvimiento pobre dentro de las clases, es decir, si el docente no satisface sus NPB, va a encontrar comportamientos como depresión y deserción de la AF, al igual que síntomas físicos de malestar y un decadente funcionamiento psicológico.



Es así que este estudio tomó en cuenta tres paralelos de Primero de Bachillerato General Unificado (BGU) “A”, “B” y “C”, los dos últimos paralelos fueron los seleccionados como grupos experimentales y al paralelo “A” se lo designó como grupo control. Seguidamente a los tres grupos se les aplicó un pretest que midió los aspectos relacionados con las NPB, la motivación y el compromiso en las clases de EF, denominados “Escala de las Necesidades Psicológicas Básicas en la Educación Física” y “Cuestionario de Motivación en Educación Física”, posteriormente a los dos grupos experimentales se les aplicó las estrategias de AA, como lo son: Estrategia uno: preguntar al alumno sobre sus preferencias en relación con una tarea. Estrategia dos: ofrecer a elección del alumno (agrupaciones, materiales y espacios). Estrategia tres: ofrecer posibilidades de experimentación a los estudiantes (aprendizaje basado en problemas más trabajo cooperativo con asignación de roles) (Barranchina et al., 2021). Estas estrategias tuvieron lugar en dos bloques curriculares diferentes (Relaciones entre prácticas corporales y salud y prácticas deportivas). Las estrategias ya mencionadas fueron aplicadas en orden cronológico, teniendo cada una un espacio en cada sesión de trabajo, dicho en otras palabras, se empezó utilizando la estrategia uno en la primera sesión, la estrategia dos en la segunda sesión, etc. La duración de la intervención tuvo cabida a lo largo de 16 semanas, dividida en 8 semanas para cada grupo experimental, es preciso mencionar que cada sesión duró 80 minutos por día.

Teniendo en cuenta los puntos anteriormente mencionados, este estudio está inclinado a reconocer si la MA varía en dependencia al bloque curricular que se está trabajando, dicho de otra manera, ¿Puede diferir los resultados de la motivación autónoma en función de los contenidos sobre los cuáles se apliquen AA en las clases de EF con los estudiantes de Bachillerato General Unificado?

## **Metodología**

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

Este estudio fue de tipo cuantitativo con un diseño cuasi experimental, con un grupo control y dos grupos experimentales, y se desarrolló durante el periodo lectivo 2022-2023, en la ciudad de Cuenca-Ecuador.

### **Población**

Los participantes de esta investigación fueron los estudiantes del primero de Bachillerato General Unificado (BGU) correspondiente a los paralelos “A”, “B” y “C” con un total de 67 estudiantes, conformado por 40 hombres con una media de edad de 14.6 y 27 mujeres con una media de edad 14.7.

### **Muestra**

Este trabajo se desarrolló dando uso del tipo de muestreo no probabilístico no aleatorio por conveniencia, donde la muestra se elige de acuerdo con la conveniencia del investigador, donde le permite elegir de manera arbitraria cuántos participantes puede haber en el estudio (Hernández, 2021). Por lo tanto, en esta intervención tomó al paralelo “A” como grupo control y a los paralelos “B” y “C” como grupos experimentales.

### **Instrumento**

La técnica que se utilizó para la recopilación de información en esta investigación fue la encuesta que se aplicó de forma presencial y se dio uso de los siguientes instrumentos:

Para evaluar el AA, se utilizó la Escala de las Necesidades Psicológicas Básicas en las clases de EF adaptado cultural y lingüísticamente para el contexto de este estudio Murcia et al.

(2008), mismo que consta de 12 ítems que miden las tres NPB, autonomía competencia y relaciones sociales. Para cada ítem se utilizó una escala tipo Likert, donde se exponían cinco puntos que iba desde 1 (totalmente en desacuerdo) a 5 (totalmente de acuerdo). La escala de fiabilidad 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 (Huéscar et al., 2018).

Por otro lado, para la evaluación de la MA, se utilizó el cuestionario de motivación en educación física (CMEF) (Fabra et al., 2020). En este caso la escala está compuesta por la frase inicial: “Yo participo en las clases de educación física”, seguido de 20 ítems que analizan los 5 factores, entre ellos: respecto a la motivación intrínseca, regulación identificada, regulación introyectada, regulación externa y desmotivación. Los participantes deberán expresar su grado de acuerdo utilizando una escala tipo Likert con 5 opciones de respuesta, desde totalmente en desacuerdo (1) a totalmente de acuerdo (5).

Con relación a los criterios de inclusión se determinaron los siguientes: estudiantes matriculados en el primer año de bachillerato, estudiantes con asistencia regular a las clases de EF, estudiantes que tengan una participación en las clases de EF, estudiantes que puedan responder de forma autónoma a los instrumentos de evaluación y estudiantes con edades entre 14 y 15 años. Por otro lado, en los criterios de exclusión se encuentran los siguientes: estudiantes que presenten asistencia irregular a las clases de EF, estudiantes que no estén matriculados oficialmente en el periodo lectivo 2022-2023, estudiantes que no pertenezcan al primer nivel de bachillerato, estudiantes que no pueden responder de manera autónoma a los instrumentos, estudiantes con edades inferiores a 14 y superiores a 15 años y finalmente estudiantes que no tengan una participación en las clases de EF.

## **Procedimiento**

Para dar inicio con la intervención, como primera instancia se efectuó las respectivas gestiones con las autoridades de la institución para la aprobación del proyecto, a continuación se llevó a cabo una socialización vía zoom con los representantes legales, donde se les dio a conocer el objetivo del programa, posteriormente se hizo la entrega del consentimiento informado a los tutores de cada paralelo quienes se encargaron de compartir el documento a cada representante y del mismo modo recolectarlo.

En el siguiente punto se socializó con los estudiantes, donde se les dio a conocer la finalidad del programa, y enseguida se hizo la entrega del consentimiento informado donde cada uno autorizó su intervención en la investigación.

Para el siguiente punto se estructuró al grupo control conformado por el paralelo “A” y los dos grupos experimentales conformados por los paralelos “B” y “C”, a los mismos se le aplicó una encuesta pre-intervención para así posteriormente llevar a cabo 16 semanas de clases de EF, cabe acotar que cada sesión se llevó a cabo una vez por semana con una duración de 80 minutos por clase. Cada sesión fue dirigida por el grupo investigador y en base a una planificación estructurada anticipadamente. En relación con la aplicación de los bloques curriculares planteados en esta intervención se estructuraron de la siguiente manera, con el grupo experimental uno se trabajó con el bloque curricular seis denominado “Relaciones entre prácticas corporales y salud”, mientras que con el grupo experimental dos se trabajó con el bloque curricular cinco denominado “Prácticas deportivas”. Por otro lado, el grupo control sólo fue participe en la aplicación del pretest. En este punto es preciso mencionar que en esta intervención se tomó en cuenta un criterio de exclusión, mismo que mencionaba el rango mínimo y máximo de edad conforme a estudiantes de 14 hasta 15

años, es así que para el grupo experimental dos se tuvo que excluir los resultados de dos estudiantes tras no cumplir con el criterio planteado en el “Asentimiento Informado”.

Finalmente, se realizó una evaluación post a los tres grupos participantes para comparar el efecto producido por la intervención.

### **Análisis Estadístico**

Para realizar el análisis de todos los datos obtenidos, se utilizó el software IBM SPSS versión 28.0.1.

Se ha calculado la fiabilidad del cuestionario del AA, según el coeficiente alfa de Cronbach, el cual es aceptable con 0.711 de igual forma la fiabilidad del cuestionario de motivación en EF fue de 0.857, por ende, nos indica que es un coeficiente bueno.

Para el análisis de resultados se utilizó el Anova I factor o I vía para muestras independientes, también se dio uso el Anova I factor o I vía para muestras relacionadas. Por lo tanto, cada uno de los casos mencionados agregamos un análisis para poder realizar las comparaciones, el cual se conoce como un análisis Pos Og, para conocer qué grupos existen diferencias significativas.

### **Resultados**

**Tabla 1**

Características de los participantes			
n=67		Edad	
Sexo	Cantidad	M	DE
Hombres	40(59.70)	14.6	0.49
Mujeres	27(40.29)	14.7	0.46

*Nota: n, número total participantes; M, media; DE, desvió estándar*

**Tabla 2**

Diferencias entre grupo antes de la intervención

Variables	Grupo Control (n=22)	Grupo Experimental 1 (n=23)	Grupo Experimental 2 (n=22)	<i>p</i>
	M(DE)	M(DE)	M(DE)	
Apoyo a la Autonomía	3.21(1.04)	3.15 (.53)	2.71(.98)	0.12
Motivación Autónoma	3.80(.87)	3.84(.66)	3.66(1.04)	1.00

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

**Tabla 3**

Comparación de los efectos de la intervención

Variables		Grupo Control	<i>p</i>	Grupo Experimental 1	<i>p</i>	Grupo Experimental 2	<i>p</i>
		M(DE)		M(DE)		M(DE)	
Apoyo a la Autonomía	pre	3.21(1.04)	0.33	3.15 (0.53)	0.03	2.71(0.98)	0.77
	post	3.42(1.01)		4.26(0.59)		3.70(0.93)	
Motivación Autónoma	pre	3.80(0.87)	0.83	3.84(0.66)	0.00	3.66(1.04)	0.14
	post	3.75(0.97)		4.49(.058)		4.02(0.80)	

*Nota: M, media; DE, desvío estándar; p, nivel de significancia*

**Tabla 4**

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>
Apoyo a la Autonomía	3.42(1.01)	4.26(0.59)	0.05	3.42(1.01)	3.70(0.93)	0.86	4.26(0.59)	3.70(0.93)	0.11
Motivación Autónoma	3.75(0.97)	4.49(.058)	0.09	3.75(0.97)	4.02(0.80)	0.78	4.49(.058)	4.02(0.80)	0.16

*Nota: M, media; DE, desvío estándar; p, nivel de significancia*

## Discusión

El objetivo de este estudio fue determinar si los resultados difieren en la motivación autónoma en función de los contenidos sobre los cuáles se apliquen AA en las clases de EF en los estudiantes del Primero de BGU en los Paralelos “A”, “B” y “C”, en los cuales no hubo diferencias significativas entre los grupos antes de la intervención con un  $p = 0.12$  en el AA y  $p = 1.00$  en la MA.

En lo que respecta la tabla dos las diferencias entre grupos antes de la intervención en el AA encontramos que no existen resultados que sean significativos ( $p < 0,05$ ) teniendo como resultado valores para la autonomía de  $p = 0.12$ , lo cual es similar a los resultados obtenidos por (Ferriz, 2022).

La tabla número tres nos da a conocer que existieron diferencias significativas ( $p < 0,05$ ) en el grupo experimental uno, en lo que respecta al AA con un valor de  $p = 0.03$ , es así que los resultados obtenidos confirman estudios anteriormente realizados, esto en vista de que el uso de AA por parte del docente beneficia a mejorar los aspectos motivacionales de los estudiantes, por ende el presente artículo donde también se aplicó el AA se obtuvo que coexistían diferencias estadísticamente significativas ( $p < 0,05$ ) en la autonomía del grupo experimental, de igual manera el grupo control no se manifestaron cambios significativos  $p = 0.33$ , lo que es contrario al estudio, ya que si existen cambios significativos en el grupo control (Ferriz, 2022).

En cuanto al análisis comparativo post intervención se observa que existen valores significativos, pero solo en el grupo control versus el grupo experimental uno, con un valor de  $p = 0.005$  en el AA y con lo que respecta a la MA se evidencia de igual forma con valores significativos  $p = 0.009$ , esto es similar a los resultados obtenidos por Baretta et al. (2019), mismo que demuestra en su estudio que la intervención tiene un efecto positivo, ya que los alumnos que

recibieron un mayor AA aumentaron sus puntuaciones en los siguientes dominios: NPB, motivación intrínseca, índice de autodeterminación y satisfacción por asistir a clases de EF. Sin embargo, no podemos corroborar esto en los análisis comparativos de los grupos control versus el grupo experimental dos, en lo que obtuvimos un  $p = 0.86$  y el grupo experimental uno vs el grupo experimental dos  $p = 0.11$ , en los cuales ya no existieron cambios significativos en el AA y por ende en la MA.

### **Conclusiones**

Los resultados del presente estudio basado en un programa de estrategias de AA en clases de EF, reflejó que el grupo experimental uno y dos no hubo cambios significativos, dicho de otra manera, los resultados no difieren en la MA en función a los contenidos en los que se aplique AA. Esto quiere decir que no repercute que contenidos curriculares se apliquen en las clases de EF obtendremos resultados positivos.

En este estudio se encontró que en el grupo experimental dos no existieron cambios significativos comparado con el grupo experimental uno, dado que en las intervenciones existió interrupciones por parte del plantel, tanto de manera académica, festiva y ambiental, en resumen, estas características pudieron afectar con la ejecución del programa, cabe mencionar que la duración se redujo a siete semanas, lo cual influyó en lo planificado.

### **Referencias Bibliográficas**

Almagro, B., García, I., & Pérez, G. (2019). Análisis de la motivación en las clases de Educación Física de primer ciclo de Primaria. *e-Motion Revista de Educación Motricidad e Investigación*(12), 4. doi:10.33776/remo.v0i7.3136



- Baena, A., Baños, R., Barretos, M., & Fuentesal, J. (2021). Análisis de los niveles de actividad física en el tiempo libre, IMC, satisfacción y apoyo a la autonomía en educación física en una muestra mexicana. *Retos*, 1(42), 4. doi:1988-2041
- Baretta, E., Fin, G., Moreno Murcia, J., & Nodari, R. (2019). El estilo de apoyo a la autonomía interpersonal y sus consecuencia en las clases de educación física. *PLOS ONE*, 11 - 22. doi:<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0216609>
- Barranchina, P., Hernandez, H., & Murcia, M. (2021). Diseño y validez de una escala observacional del estilo motivador docente. 22(1), 14. doi:<https://doi.org/10.6018/cpd.430321>
- Díaz, A., Fernández, L., Pérez, M., Valle, M., & Vergara, J. (2019). Efecto mediador de la motivación autónoma en el aprendizaje. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 21(37), 2. doi:10.24320/redie.2019.21.e37.2131
- Eyzaguirre, J. (2020). Programa de intervención en las necesidades psicológicas básicas de niños de 8 a 10 años de un centro psicológico privado de Lima Metropolitana. *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, Lima. doi:<http://doi.org/10.26439/ulima.tesis/11321>
- Fabra, A., Huésca, E., Moreno, A., & Sánchez, F. (2020). Adaptación y validación de los cuestionarios de apoyo a la autonomía y estilo controlador a la educación física: relación con el feedback. *Revista Ciencias de la Actividad Física UCM*, 21(1), 12. doi:<http://doi.org/10.29035/rcaf.21.1.3>

- Fernandez, J., Iglesias, D., & Rivera, S. (2021). Descubriendo el nexo entre los contextos de aprendizaje cooperativo y las metas de rendimiento en educación física. *SAGE*, 128(4), 1821–1835. doi:<https://doi.org/10.1177/00315125211016806>
- Ferriz, A., García, S., Palau, M., & Tortosa, J. (2022). Incidencia del aprendizaje cooperativo en educación física sobre las necesidades psicológicas básicas. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 22(88), 787 - 806. doi:<https://doi.org/10.15366/rimcafd2022.88.005>
- Hernández, O. (2021). Aproximación a los distintos tipos de muestreo no probabilístico que existen. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 37(3), 12-15. Obtenido de <http://orcid.org/0000-0001-7230-9996>
- Huéscar, E., Moreno, A., & Ruiz, L. (2018). Capacidad predictiva del apoyo a la autonomía en clases de educación física sobre el ejercicio físico. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 1(51), 35. doi:<http://dx.doi.org/10.14349/rlp.2019.v51.n1.4>
- INEC. (2022). *Instituto Nacional de Estadística y Censos*. Obtenido de <https://www.ecuadorencifras.gob.ec/institucional/juntos-para-combatir-el-sedentarismo-mediante-el-deporte-y-la-actividad-fisica/>
- Jaramillo, C. (2021). Climas de aprendizaje de apoyo a la autonomía y su influencia en la educación superior: Una revisión de la literatura. *593 Digital Publisher CEIT*, 6(1), 221-222. doi:[doi.org/10.33386/593dp.2021.1.366](https://doi.org/10.33386/593dp.2021.1.366)
- López, S. (2019). Validación del cuestionario de Necesidades Psicológicas del Deportista (CNPD) y análisis de su perfil psicológico. (*Tesis de Doctorado*). Universidad de Santiago de Compostela, España.

OMS. (2020). *Organización Mundial de la Salud*. Obtenido de

<https://www.who.int/es/news/item/25-11-2020-every-move-counts-towards-better-health-says-who>

OMS. (2019). *Organización Mundial de la Salud*. Obtenido de

<https://www.epdata.es/datos/ejercicio-fisico-adolescentes-datos-estadisticas/479>

Ramos, P. (2021). Aprendizaje basado en proyectos en el aula de música en secundaria: análisis desde la investigación-acción. (*Tesis Doctoral*). Universidad de Valencia, España.