



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

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

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

AUTOR: GUICELLY VIVIANA GUANUCHE SUCONOTA

TUTOR: LCDO. MARIO GERMÁN ÁLVAREZ ÁLVAREZ, MGT.

Cuenca - Ecuador

2022


**CERTIFICADO DE RESPONSABILIDAD Y AUTORÍA DEL TRABAJO DE
TITULACIÓN**

Yo, Guicelly Viviana Guanuche Suconota con documento de identificación N° 0150339703 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,



Guicelly Viviana Guanuche Suconota

0150339703

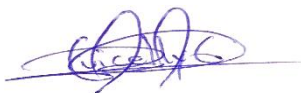
**CERTIFICADO DE CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR DEL TRABAJO DE
TITULACIÓN A LA UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA**

Yo, Guicelly Viviana Guanuche Suconota con documento de identificación N° 0150339703, 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 autor de la Sistematización de experiencia práctica de investigación: “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”, 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,



Guicelly Viviana Guanuche Suconota

0150339703

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: 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, realizado por Guicelly Viviana Guanuche Suconota con documento de identificación N° 0150339703, 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

La actividad física constituye un elemento fundamental no solo dentro de la educación física sino también para mantener un buen estado de salud físico y mental. En este contexto, las necesidades psicológicas básicas como la autonomía, la competencia y la relación con los demás, representan una clave esencial para el desarrollo físico, cognitivo y personal de las personas. Por tal motivo, en el presente estudio se propuso como objetivo establecer los niveles de satisfacción de las necesidades psicológicas básicas de los estudiantes de 11 a 18 años de la Unidad Educativa "Vicente Anda Aguirre" en las clases de educación física durante la pandemia por COVID-19. Para ello, se empleó un estudio no experimental con un enfoque cuantitativo, descriptivo y de corte transversal. La muestra fue de 199 estudiantes, 105 mujeres (52.8%) y 94 varones (47.2%), con edades entre 11 y 18 años. Se empleó como instrumento la Escala de las Necesidades Psicológicas Básicas en la Educación Física. Como principales resultados se puede mencionar que la variable más destacada entre los adolescentes fue relación, no se observaron diferencias significativas entre los sexos, aunque sí en torno a la edad, destacando la edad de 11 a 12 años. Se concluye que las necesidades psicológicas básicas más satisfechas en los estudiantes es la relación, sin embargo, es necesario fortalecer las otras dos necesidades.

Palabras clave: actividad física, autonomía, competencia, relación, necesidades psicológicas básicas.

Abstract

Physical activity is a fundamental element not only within physical education but also to maintain a good state of physical and mental health. In this context, basic psychological needs such as autonomy, competence and relatedness with others represent an essential key to the physical, cognitive and personal development of people. For this reason, in the present study it was proposed as an objective to establish the levels of satisfaction of the basic psychological needs of the students from 11 to 18 years old from the "Vicente Anda Aguirre" Educational Unit in physical education classes during the COVID-19 pandemic. To do this, a non-experimental study with a quantitative, descriptive and cross-sectional approach was used. The sample was 199 students, 105 females (52.8%) and 94 males (47.2%), aged between 11 and 18 years. It was considered as an instrument the Scale of Basic Psychological Needs in Physical Education. As main results it can be mentioned that the most prominent variable among adolescents was relatedness, no significant differences were observed between the sexes but around age, highlighting the age of 11 to 12 years. It is concluded that the most satisfactory Basic Psychological Needs in students is the relatedness; however, it is necessary to strengthen the other 2, such as autonomy and competence, in order to promote the other two necessities.

Keywords: physical activity, autonomy, competence, relatedness, basic psychological needs.

Introducción

La actividad física regular reduce el riesgo de muerte prematura y ayuda a prevenir y mejorar las enfermedades no transmisibles como: problemas cardiacos, derrames cerebrales, diabetes, cáncer de mama y colon. También ayuda a prevenir la hipertensión, el sobrepeso y la obesidad, mejorando la salud mental, la calidad de vida y el bienestar (Fonseca et al., 2021).

Las enfermedades no transmisibles son una de las principales causas de muerte en todo el mundo y están asociadas a cuatro factores de riesgo, entre los cuales se encuentra la inactividad física (Fonseca et al., 2021). Además de esto, García-Tascón (2021) y Mutz (2020) señalan que las personas han disminuido o han dejado de realizar actividad física (AF) durante la pandemia y esto provocaría una mayor posibilidad de contagio por Covid-19 a diferencia de las que si continúan haciéndolo.

Los estudios afirmaron que la AF en niños y adolescentes se asocia con mejores resultados de salud física, mental y cognitiva, ejecutando 60 minutos diarios de AF moderada a vigorosa, aunque la actividad física más allá de este tiempo e intensidad recomendada proporcionaría beneficios adicionales para la salud (Bull et al., 2020).

La evidencia científica reconoce que la práctica físico-deportiva regular, tal como lo es el caminar, realizar ejercicio y/o deporte, es un comportamiento natural que ofrece múltiples beneficios para la salud (Carrasco et al., 2019). Pero, a pesar de esta evidencia el 81% de los adolescentes entre 11 y 17 años en todo el mundo no cumplen con las recomendaciones que proporciona la Organización Mundial de la Salud (OMS) (Fonseca et al., 2021).

Teniendo a la vista estos antecedentes, es prioritario incorporar a temprana edad hábitos de práctica regular de AF, no solo como un medio preventivo de las enfermedades no transmisibles (ENT), sino especialmente como un fenómeno educativo-cultural, ya que se ha observado que la AF practicada durante el horario escolar no es suficiente para promover beneficios saludables óptimos (Carrasco et al., 2019).

En este sentido, la Teoría de la Autodeterminación (TAD) es una de las más usadas para estudiar la motivación del ser humano, identificando compromiso, esfuerzo y desempeño de alta calidad, misma que se puede dar por la motivación intrínseca (Ryan y Deci, 2000), por el contrario, puede provocar una frustración mediante la motivación extrínseca o desmotivación (Ryan y Deci, 2000).

Por lo tanto, según Ha et al. (2018), la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas (SNPB) en las clases de Educación Física (EF) ayuda a que los estudiantes demuestren altos niveles de AF y aptitud física, teniendo así mayor esfuerzo y vitalidad en las clases. Mientras tanto, Deci y Ryan (2000) definen las Necesidades Psicológicas Básicas (NPBs) como los nutrimentos psicológicos innatos que son esenciales para un prolongado crecimiento psicológico, integridad y bienestar.

La motivación del alumno tiene dependencia de la SNPB, siendo el docente el principal responsable de conseguir la satisfacción de las mismas dentro de las clases de EF (Rubio et al., 2020). Mediante las NPBs el docente no solo debe procurar la adherencia al deporte, sino además la motivación intrínseca que satisfaga el incremento de su compromiso, rendimiento y aprendizaje (Gómez et al., 2021).

Por lo expuesto, la TAD menciona a las NPBs como algo innato, esencial y universal que forma parte de todo ser humano, estas necesidades son: la autonomía, competencia y la relación social (Ryan & Deci, 2017) y juntas forman la Teoría de las Necesidades Psicológicas Básicas (Ryan & Deci, 2017).

En tal virtud, las tres NPBs se describen de la siguiente manera: la *autonomía* es la sensación que presenta cada individuo para ejecutar por sí mismo una actividad con un objetivo sin que interfiera una tercera persona misma que promueve una verdadera autoestima (López et al., 2016; Trigueros et al., 2019; Ryan y Deci, 2017). La *competencia* es la interacción del individuo dentro de la sociedad buscando lograr desafíos y poder ejercer sus capacidades (Baños et al., 2020) y finalmente la *relación social* es una conexión dentro del ambiente social con otras personas para ser aceptadas (Rubio et al., 2020).

De acuerdo con una revisión del estado del arte, existe múltiples variables que se relacionan con las NPBs, se pueden mencionar a la satisfacción con la vida de los adolescentes (Rubio et al., 2019), el sexo (López et al., 2016; Salazar et al., 2020), los aspectos cognitivos (Stover et at., 2017), la dimensión afectiva (Baños et al., 2020), la intención de ser físicamente activo (Leyton-Román et al., 2020; Trigueros-Ramos et al., 2019), con la práctica de actividad física (Prieto et al., 2019) y con la motivación (Espínola et al., 2020).

Por lo cual, son diversas las líneas de investigación que han surgido en relación con esta temática, entre ellas, el conocer más a profundidad la SNPB en niños de primaria (Van Aart et al., 2017) y el incluir en los estudios otras NPBs aparte de las tres principales, es decir, tanto autónomas como controladas.

Por consiguiente, el objetivo del estudio fue establecer los niveles de satisfacción de las necesidades psicológicas básicas de los estudiantes de 11 a 18 años de la Unidad Educativa “Vicente Anda Aguirre” en las clases de educación física durante la pandemia por COVID-19.

Metodología

Diseño

El diseño de la investigación que se llevó a cabo fue no experimental con un enfoque cuantitativo, descriptivo y de corte transversal, dentro del periodo académico 2021-2022 en el cantón Déleg, provincia del Cañar-Ecuador.

Participantes

La población estuvo compuesta por un total 411 estudiantes de los cuales eran 211 mujeres y 200 varones, de edades comprendidas entre los 11 y 18 años. Para ello se calculó un número de participantes que correspondan a un 95% de confianza, 5% de error y 50% de frecuencia esperada mediante la técnica de Nestquet (2007), tratando que participen mismo número de hombres y mujeres.

Por lo que el diseño muestral fue probabilístico por extractos. Así, la muestra quedó constituida por 199 estudiantes siendo estos, 105 mujeres (52.8%) y 94 varones (47.2%), con edades entre 11 y 18 años ($M=14$; $DT=1.78$).

Los criterios de inclusión fueron los siguientes: a) estudiantes que tengan edades comprendidas entre los 11 y 18 años, b) que estén matriculados oficialmente en el año lectivo 2021-2022, c) género masculino y femenino y d) estudiantes con algún tipo de discapacidad física que estén participando de forma activa en las clases de EF.

Los criterios de exclusión fueron: a) Estudiantes menores a 11 años y mayores a 18 años, b) Estudiantes con algún tipo de discapacidad mental que impida el poder dar respuesta a la escala, c) Estudiantes que no participan de forma activa en las clases de EF y d) Individuos que no estén oficialmente matriculados en la institución educativa.

Instrumento

El instrumento que se utilizó para la recogida de los datos fue la *Escala de las Necesidades Psicológicas Básicas en la Educación Física* adaptada cultural y lingüísticamente para el contexto de este estudio de Murcia et al. (2008), teniendo origen en la escala en el ejercicio físico Vlachopoulos et. al (2011). Está compuesta por 12 ítems que miden tres NPBs, autonomía (4 ítems) ej. “Siento que me puedo comunicar con confianza con mis compañeros/as”, competencia (4 ítems) ej. “Yo participo en las clases de educación física porque quiero que el profesor/a piense que soy un/a bueno/a estudiante” y relación (4 ítems) ej. “Me siento rechazado por los que me rodean”. Cada ítem iniciaba con la frase “En las clases de educación física...”, las respuestas se escogieron por una escala de tipo Likert siendo 1 “Totalmente en desacuerdo” y 5 “Totalmente de acuerdo”.

Procedimiento

Para poder asistir al centro educativo y realizar el trabajo de campo, se envió un oficio al rector de la Unidad Educativa “Vicente Anda Aguirre”. Una vez obtenida esta, se dio paso a una reunión con los representantes legales de los estudiantes con el objetivo de socializar el proyecto de investigación y solicitar la firma del consentimiento informado. Seguidamente, se procedió a realizar la aplicación de la escala de forma presencial con el ingreso a la institución y luego a cada aula. Se les informó que se iba a proceder con la aplicación a los estudiantes y que sus representantes habían firmado, al mismo tiempo se le

entregó la escala a cada estudiante. La forma de llenar el instrumento fue auto complementada y tuvo una duración aproximada de 5 minutos.

Análisis de los Datos

La información recopilada se analizó mediante el software de SPSS versión 26.0.

Análisis Estadístico

En primer lugar, se llevó a cabo el análisis de estadística descriptiva: para las medidas de tendencia central (la media) y el desvío estándar, de esta manera se dio respuesta al primer objetivo específico.

Luego se utilizó la estadística inferencial, para ello, se estableció la normalidad de varianza mediante la prueba de Kolmogorov-Smimov. Una vez establecido este aspecto, se decidió el uso de la estadística paramétrica. Para el análisis con relación al sexo y al grupo de edad, se utilizó el ANOVA post hoc.

Resultados

En la tabla 1 se muestra las medias del nivel de satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, donde la relación tiene una media de nivel más alto, seguido por la competencia y finalmente se encuentra con menor valor el nivel autonomía.

Tabla 1

Nivel de Satisfacción de las NPB de una muestra de estudiantes de 11 a 18 años de la Unidad Educativa “Vicente Anda Aguirre”

Variable	M	D.T
Autonomía	3.40	1.03
Competencia	3.74	0.90
Relación	4.18	0.83

Nota: M = Media, DT = Desviación Típica

En la tabla 1 se puede evidenciar que el nivel de satisfacción que tiene un valor de medio a alto es la de relación con los demás siendo el valor más alto entre las tres variables.

Tabla 2

Diferencias en la satisfacción de las necesidades psicológicas en las clases de educación física en tiempos de pandemia por COVID-19.de acuerdo con el sexo

Variables	Hombre		Mujer		F	p
	M	D.T	M	D. T		
Autonomía	3.32	1.04	3.46	1.01	0.88	0.35
Competencia	3.85	0.87	3.64	0.92	2.79	2.79
Relación	4.11	0.92	4.25	0.74	1.29	0.26

Nota: M = Media, DT = Desviación Típica, F = Frecuencia p= Significancia

En la tabla 2 se puede observar que no existen diferencias en la satisfacción de las NPBs de acuerdo con el sexo ya que los valores de las medias son bastantes similares.

Tabla 3

Satisfacción de las NPB en las clases de educación física de acuerdo al grupo de edad de los estudiantes.

Variables	11 a 12 años		13 a 15 años		16 a 18 años	
	M	D.T	M	D.T	M	D.T
Autonomía	3.78	0.96	3.55	0.99	2.88	0.94
Competencia	4.13	0.72	3.83	0.86	3.34	0.95
Relación	4.49	0.62	4.23	0.79	3.91	0.93

Nota: M = Media, DT = Desviación Típica

Los resultados en la tabla 3 muestran que, de acuerdo al grupo de edad, los de menor edad son los que más satisfechos están en sus tres necesidades.

Tabla 4

Análisis ANOVA post hoc de diferencias de acuerdo con el grupo de edad.

Variab les	11 a 12 años vs 13 a 15 años	11 a 12 años vs 16 a 18 años	13 a 15 años vs 16 a 18 años
Autonomía	0.72	0.00**	0.00**
Competencia	0.21	0.00**	0.00**
Relación	0.27	0.002**	0.05

*Nota: ** $p < 0.01$*

La tabla 4 muestra que existen diferencias significativas en función de la variable autonomía y competencia entre los estudiantes de menos edad y mayor edad.

Discusión

El objetivo del presente proyecto de investigación fue establecer los niveles de satisfacción de las necesidades psicológicas básicas de los estudiantes de 11 a 18 años de la Unidad Educativa “Vicente Anda Aguirre” en las clases de educación física durante la pandemia por COVID-19.

Los resultados obtenidos muestran que la NPB con mayor nivel de satisfacción es la relación, lo cual permite deducir que relacionarse con los demás tiene una gran relevancia para los estudiantes que atienden las clases de EF. Estos hallazgos coinciden con los de estudios de Gómez-López et al. (2021) y Gråstén et al. (2020) quienes resaltan que la NPB más satisfecha en su población de estudio fue la de relacionarse con los demás, mientras que la autonomía fue la menos satisfecha.

En relación con la satisfacción de las NPB según el sexo, en el presente estudio no se observó diferencia significativa, por lo cual en ambos sexos se mantuvo la relación como la NPB de mayor valor. A diferencia del hallazgo mencionado, Gómez- Rijo et al. (2014)

encontraron que los chicos tienen mayor percepción de autonomía y competencia que las chicas. De igual forma, Sevil et al. (2015) difieren del presente estudio en vista de que señalan que los chicos presentan valores significativamente mayores que las chicas en los NPBs de competencia y autonomía. Sin embargo, los resultados de Serrano et al. (2015) coinciden con los hallazgos de este estudio ya en cuanto a la NPB de las relaciones no existen diferencias significativas entre los sexos masculino y femenino. Por otra parte, otros estudios expresan que la satisfacción de la NPB de relación es fundamental para la satisfacción de las otras necesidades de autonomía y competencia (Cuevas et al., 2018), así como para un buen desarrollo de los estudiantes, ya que la necesidad de relación con los demás es un predictor muy potente de motivación autodeterminada (Rubio et al., 2020).

En relación con la satisfacción de las NPB de acuerdo con los grupos de edad se destacó la variable relación en los estudiantes de 11 a 12 años. Estos resultados difieren de los obtenidos por Schutte et al. (2018) quienes encontraron que los participantes de mayor edad reportaron un nivel de satisfacción superior al de los de menor edad. Asimismo, Gómez-Rijo (2014) señala que a medida que avanza la edad los estudiantes perciben una menor autonomía, competencia y relación con los demás.

Entorno al análisis de las diferencias significativas en relación con el grupo de edad, se resaltan las diferencias de autonomía y competencia en las edades de 11 a 12 años vs 16 a 18 años, al igual que para la variable relación. Lo anterior resulta favorable para los estudiantes de menor edad, ya que son quienes satisfacen las tres NPB y esto refleja mayor autonomía en la toma de decisiones, mayor competencia para realizar actividades y relacionarse de mejor manera con sus compañeros y docentes. Esto en concordancia por lo expresado por Martínez et al. 2020, quienes destacan que las etapas iniciales permiten al

estudiante demostrar mayor grado de autonomía en etapas posteriores, la autonomía por su parte facilita la determinación de un propio comportamiento, participación en la toma de decisiones y de un aprendizaje autónomo.

Asimismo, cabe resaltar que la satisfacción de la necesidad de relación es fundamental para satisfacer las de competencia y autonomía, por lo que satisfacer dichas necesidades desde temprana edad en los estudiantes fomenta su bienestar físico y mental (Martínez et al., 2020).

Por otra parte, en cuanto a las limitaciones de este estudio se puede mencionar el rango de edad considerado el cual comprende desde 11 a 18 años. De igual forma, otra limitación es que se realizó en un solo centro educativo y la muestra es muy pequeña por lo cual no se puede generalizar estos resultados para otras unidades educativas, al ser un estudio de corte transversal no se puede dar a conocer cómo se modifican las NPBs a lo largo del tiempo. Otra limitación está referida a que de acuerdo con la naturaleza del estudio (descriptivo) no se aborda mayormente el mismo, es decir no se plantea ni se ejecuta propuesta alguna con el fin de abordar la situación observada.

Conclusiones

La satisfacción de la NPB es un factor fundamental para las clases de EF, al estar satisfechas estas necesidades se incrementan los niveles más altos de motivación y autonomía en el aprendizaje del estudiante. Por tal motivo, se considera que todo individuo debe satisfacer las tres NPBs para garantizar un buen funcionamiento psicológico.

La relación representa la necesidad psicológica de mayor satisfacción en las clases de Educación Física en tiempos de pandemia por COVID-19 de los estudiantes de 11 a 18 años

de edad. Es menester destacar además que, no se observó diferencia significativa en la satisfacción de las necesidades psicológicas de acuerdo al género. Finalmente se tiene que sí hubo diferencia significativa en cuanto a la edad dentro de la satisfacción de las NPB en cuanto a la autonomía, competencia y también relación en las edades de 11 a 12 años vs 16 a 18 años.

Se puede afirmar que la mayor tendencia hacia la variable relación es debido a que como es característico en esta etapa de la vida, estos estudiantes buscan ser aceptados socialmente. En este sentido, se establece como propuesta de mejora que la predominancia de este factor en el estudio es un elemento que puede ser aprovechado por los docentes en clases para satisfacer las necesidades de autonomía y competencia mediante las actividades correspondientes mencionadas anteriormente.

Referencias Bibliografías

Baños, R., Fuentesal, J., Conte, L., Ortiz-Camacho, M. del M., & Zamarripa, J. (2020).

Satisfaction, Enjoyment and Boredom with Physical Education as Mediator between Autonomy Support and Academic Performance in Physical Education. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(23), 8898.

Bull, F. C., Al-Ansari, S. S., Biddle, S., Borodulin, K., Buman, M. P., Cardon, G., Carty, C., Chaput, J.-P., Chastin, S., Chou, R., Dempsey, P. C., DiPietro, L., Ekelund, U., Firth, J., Friedenreich, C. M., Garcia, L., Gichu, M., Jago, R., Katzmarzyk, P. T., ... Willumsen, J. F. (2020). World Health Organization 2020 guidelines on physical activity and sedentary behaviour. *British Journal of Sports Medicine*, 54(24), 1451-1462. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2020-102955>

Borges, F. *La satisfacción de las necesidades psicológicas básicas hacia el ejercicio (SNPBE) en la infancia como indicador de SNPBE en la adultez*. [Tesis doctoral, Univeristat de Barcelona]. <https://www.tdx.cat/handle/10803/663327?locale-attribute=es#page=1>

de Bruijn, A. G. M., Mombarg, R., & Timmermans, A. C. (2021). The importance of satisfying children's basic psychological needs in primary school physical education for PE-motivation, and its relations with fundamental motor and PE-related skills. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 1-18.
<https://doi.org/10.1080/17408989.2021.1906217>

Carrasco, H., Fernández, S., Reigal, R. E., Leiva, J., & Amador, F. (2019). Influencia de las necesidades psicológicas básicas en los hábitos de práctica físico-deportiva de escolares de la Comunade Valparaíso. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 14(2), 121-125.

Cuevas, R., García-Calvo, T., González, J., & Fernández-Bustos, J. G. (2018). Necesidades psicológicas básicas, motivación y compromiso en educación física. *Revista de Psicología del Deporte*, 27(1), 97-104.

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The «What» and «Why» of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01

Espínola, CF, Torres, BJA, & Fajardo, JAT (2020). Predicción de la intención de ser físicamente activo del alumno de Educación Física: un modelo mediado por la

necesidad de novedad. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación* , (37), 442-448.

Fonseca, S., Ponte, M., Coelho, E., Fonseca, J. da, & Mourão-Carvalho, I. (2021).

Prevalencia y factores de riesgo asociados con la inactividad física en estudiantes universitarios de Ceará, Brasil. *Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria*, 41(1), Article 1. <https://doi.org/10.12873/411fonseca>

García, G. (2021) Los juegos psicomotores y cooperativos como componente motivador en programas de ejercicios en adultos mayores una escala medición de satisfacción a través de la escala de medición de necesidades psicológicas básicas. [Tesis de maestría, universidad Internacional de Andalucía]. <https://www.researchgate.net/publication/347958336>

García-Tascón, M., Mendaña-Cuervo, C., Sahelices-Pinto, C., & Magaz-González, AM (2021). La Repercusión en la calidad de vida, salud y práctica de actividad física del confinamiento por Covid-19 en España. *Retos* , 42 , 684-695.

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.

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), 159–167.

<https://doi.org/10.6018/rie.32.1.172311>

Gråstén, A., Yli-Piipari, S., Huhtiniemi, M., Salin, K., Hakonen, H. y Jaakkola, T.

(2021). Un seguimiento de un año de la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas en educación física y la actividad física asociada en clase y total. *Revista Europea de Educación Física*, 27 (3), 436-454.

<https://doi.org/10.1177/1356336X20957356>

Ha, AS, Lonsdale, C., Lubans, DR y Ng, JY (2018). Aumentar la actividad física de los estudiantes durante la educación física escolar: justificación y protocolo para el ensayo controlado aleatorio grupal SELF-FIT. *Salud Pública de BMC*, 18 (1), 1-12.

Leyton Román, M., Lobato Muñoz, S., & Jiménez Castuera, R. (2019). The importance of assigning responsibility during evaluation in order to increase student satisfaction from physical education classes: A structural equation model. *PLOS ONE*, 14(9), e0209398. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0209398>

Martínez, R. Granero, A. Gómez, M. (2020) 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 psico-deportiva extraescolar de los estudiantes de educación secundaria. *Revista complutense de Educación*. 31 (1), 45-53.

Murcia, 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.

- Mutz, YS, Ferrari, RG, Bernardes, PC y Conte-Junior, CA (2021). La pandemia de COVID-19 en Brasil se basó en pilares socioeconómicos y políticos. *Patógenos y salud global* , 115 (2), 75-77.
- Prieto, JL, & Huertas-Delgado, FJ (2019). Necesidades psicológicas básicas, organización deportiva y niveles de actividad física en escolares. *Psicología del Deporte Vol 28, n° 1, 2019: Revista de Psicología del Deporte* , 281 , 115.
- Stover, J. B., Bruno, F. P., Uriel, F. E., & Fernandez Liporace, M. M. (2017). Teoría de la Autodeterminación: una revisión teórica. 1668-7175
- Trigueros, R., Mínguez, L. A., González-Bernal, J. J., Aguilar-Parra, J. M., Padilla, D., & Álvarez, J. F. (2019). Validation of the Satisfaction Scale of Basic Psychological Needs in Physical Education with the Incorporation of the Novelty in the Spanish Context. *Sustainability*, 11(22), 6250-7225. <https://doi.org/10.3390/su11226250>
- Trigueros-Ramos, R., Gómez, N. N., Aguilar-Parra, J. M., & León-Estrada, I. (2019). Influencia del docente de Educación Física sobre la confianza, diversión, la motivación y la intención de ser físicamente activo en la adolescencia. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 19(1), 222-232.
- Rubio, R. M., 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 adolescentes1. *Educación*, 24(4), 45-54.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. 55(1), 68-78.

- Schutte, NS y Malouff, JM (2021). Satisfacción de necesidades psicológicas básicas, afecto y salud mental. *Psicología actual*, 40 (3), 1228-1233.
- Van Aart, I., Hartman, E., Elferink-Gemser, M., Mombarg, R. y Visscher, C. (2017). Relaciones entre necesidades psicológicas básicas, motivación para la EF y habilidades motrices fundamentales en niños y niñas de 9 a 12 años en Educación Física. *Pedagogía de la Educación Física y el Deporte*, 22 (1), 15-34.
- Vlachopoulos, SP, Katartzi, ES y Kontou, MG (2011). La escala de necesidades psicológicas básicas en educación física. *Revista de Enseñanza en Educación Física*, 30 (3), 263-280.