

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN**  
**FACULTAD DE ORGANIZACIÓN DEPORTIVA**  
**SUBDIRECCIÓN DE POSGRADO E INVESTIGACIÓN**



**TESIS**

**EL CLIMA DE APRENDIZAJE EN LA EDUCACIÓN FÍSICA, UN  
APOYO A LA AUTONOMÍA, COMPETENCIA Y RELACIONES  
EN ALUMNOS DE SECUNDARIA/PREPARATORIA DURANTE  
EL CONFINAMIENTO POR COVID-19**

**POR**

**LIC. DANIEL EDUARDO CALDERÓN HERNÁNDEZ**

**COMO REQUISITO PARA OBTENER EL GRADO DE  
MAESTRÍA EN ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE CON  
ORIENTACIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA**

**SAN NICOLÁS DE LOS GARZA, NUEVO LEÓN, JUNIO 2022**

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN**  
**FACULTAD DE ORGANIZACIÓN DEPORTIVA**  
**SUBDIRECCIÓN DE POSGRADO E INVESTIGACIÓN**



**TESIS**

**EL CLIMA DE APRENDIZAJE EN LA EDUCACIÓN FÍSICA, UN  
APOYO A LA AUTONOMÍA, COMPETENCIA Y RELACIONES EN  
ALUMNOS DE SECUNDARIA/PREPARATORIA DURANTE EL  
CONFINAMIENTO POR COVID-19**

**POR**

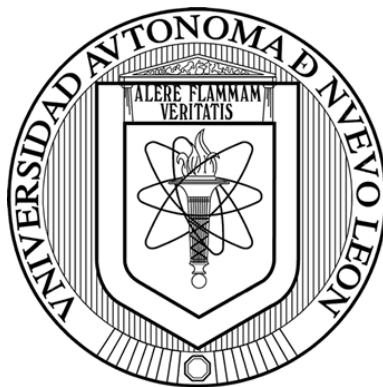
**LIC. DANIEL EDUARDO CALDERÓN HERNÁNDEZ**

**COMO REQUISITO PARA OBTENER EL GRADO DE  
MAESTRÍA EN ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE CON  
ORIENTACIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA**

**ASESOR PRINCIPAL  
DR. OSWALDO CEBALLOS GURROLA**

**SAN NICOLÁS DE LOS GARZA, NUEVO LEÓN, JUNIO 2022**

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN**  
**FACULTAD DE ORGANIZACIÓN DEPORTIVA**  
**SUBDIRECCIÓN DE POSGRADO E INVESTIGACIÓN**



**TESIS**

**EL CLIMA DE APRENDIZAJE EN LA EDUCACIÓN FÍSICA, UN  
APOYO A LA AUTONOMÍA, COMPETENCIA Y RELACIONES  
EN ALUMNOS DE SECUNDARIA/PREPARATORIA DURANTE EL  
CONFINAMIENTO POR COVID-19**

**POR**

**LIC. DANIEL EDUARDO CALDERÓN HERNÁNDEZ**

**COMO REQUISITO PARA OBTENER EL GRADO DE  
MAESTRÍA EN ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE CON  
ORIENTACIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA**

**CO-ASESORES**

**DRA. ROSA ELENA MEDINA RODRÍGUEZ**

**DR. ERNESTO CEBALLOS GURROLA**

**SAN NICOLÁS DE LOS GARZA, NUEVO LEÓN, JUNIO 2022**



**UANL**

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN



**FOD**

FACULTAD DE ORGANIZACIÓN DEPORTIVA

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN**  
**FACULTAD DE ORGANIZACIÓN DEPORTIVA**  
**SUBDIRECCIÓN DE POSGRADO E INVESTIGACIÓN**

Los miembros del comité de titulación de la Subdirección de Posgrado e Investigación de la Facultad de Organización Deportiva, recomendamos que el Producto Integrador en modalidad de Tesis titulado “ el clima de aprendizaje en la educación física un apoyo a la autonomía, competencia y relaciones en alumnos de secundaria/preparatoria durante el confinamiento por Covid-19” realizado por el Lic. Daniel Eduardo Calderón Hernández, sea aceptado para su defensa como oposición al grado de Maestro en Actividad Física y Deporte con Orientación en Educación Física.

COMITÉ DE TITULACIÓN

Dr. Oswaldo Ceballos Gurrola

Asesor Principal

Dra. Rosa Elena Medina Rodríguez

Co-asesor 1

Dr. Ernesto Ceballos Gurrola

Co-asesor 2

Dr. Jorge Isabel Zamarripa Rivera

Subdirección de Posgrado e Investigación de la FOD

Nuevo León, junio, 2022

## Dedicatoria

Quiero dedicarla principalmente Dios, por todas las fortalezas y la paciencia que me ha dado para la conducción de este trabajo, todas las gracias recibidas de su parte que en todo momento las he utilizado para el bien común. siempre gracias. por ti soy.

Con una dedicación especialmente a mis padres porque han sabido conducirme por un camino lleno de misericordia y de paz, esta es otra fuente de gracia por parte de ellos, que me ha dado fuerza para seguir adelante, con mucho amor y cariño, muchas gracias papas.

quiero agradecer a todas aquellas personas que me acompañan en mi caminar día con día, con una dedicatoria especial a una persona que ha sabido comprenderme en momentos difíciles y que ha estado en otros más complicados, muchas gracias a ti; M.T.S.

quiero dedicar este trabajo también a aquellas personas que siempre me motivan a seguir adelante, principalmente a mis asesores que fueron un apoyo esencial Dr. Oswaldo Ceballos Gurrola y Dr. Ernesto Ceballos Gurrola, también a todos mis amigos y familiares, muchas gracias

con el corazón en la mano.

## Agradecimientos

Quiero agradecer principalmente Dios, por todas las fortalezas y la paciencia que me ha dado para la conducción de este trabajo, todas las gracias recibidas de su parte que en todo momento las he utilizado para el bien común. siempre gracias. por ti soy.

quiero agradecer especialmente a mis padres porque han sabido conducirme por un camino lleno de misericordia y de paz, esta es otra fuente de gracia por parte de ellos que me ha dado fuerza para seguir adelante, con mucho amor y cariño, muchas gracias papas.

quiero agradecer a todas aquellas personas que me acompañan en mi caminar día con día, con una dedicatoria especial a una persona que ha sabido comprenderme en momentos difíciles y que ha estado en otros más complicados, muchas gracias a ti; M.T.S.

muchas gracias a todas aquellas personas que siempre me motiva para seguir adelante, principalmente a mis asesores que fueron un apoyo esencial Dr. Oswaldo Ceballos Gurrola y Dr. Ernesto Ceballos Gurrola, también a todos mis amigos y familiares, muchas gracias

con el corazón en la mano.

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN**  
**FACULTAD DE ORGANIZACIÓN DEPORTIVA**

**FICHA DESCRIPTIVA**

Fecha de Graduación: Junio, 2022

**NOMBRE DE LA ALUMNA(O): DANIEL EDUARDO CALDERÓN HERNÁNDEZ**

**Título del Reporte de Tesis: “EL CLIMA DE APRENDIZAJE EN LA EDUCACIÓN FÍSICA UN APOYO A LA AUTONOMÍA, COMPETENCIA Y RELACIONES EN ALUMNOS DE SECUNDARIA/PREPARATORIA DURANTE EL CONFINAMIENTO POR COVID-19”**

**Número de páginas: 70**

Candidato para obtener el Grado de  
Maestría en Actividad Física y Deporte  
con Orientación en Educación Física

**Estructura de la Tesis:** Para que un sistema educativo logre ser exitoso y tenga mejores oportunidades de aprendizaje, se requiere tener a alumnos motivados. Es pues, un aspecto importante tomar en cuenta la motivación por la que no hay duda, de que, cuando esta no existe, los estudiantes difícilmente aprenden.

Es por esto por lo que el presente estudio tiene como finalidad evaluar el clima de aprendizaje por medio de las necesidades psicológicas básicas a una muestra de 2004 estudiantes de nivel secundaria y preparatoria de los estados de Zacatecas y Nuevo León.

Para valorar las necesidades psicológicas básicas en la educación física por los alumnos de secundaria y preparatoria se utilizó la traducción y adaptación al contexto mexicano de la Escala de Satisfacción de las Necesidades Psicológicas Básicas en la Educación Física (ESNPB-EF) de Standage et al. (2005).

El instrumento consta de tres factores y siete ítems asociados; Necesidad Autonomía: 2, 1, 6, 5 y 4 Necesidad Competencia: 7, 10, 8, 9, 11 Necesidad

Relaciones: 13, 14, 15, 12, 16; los estudiantes respondieron en una escala tipo Likert de siete puntos que oscila desde de 1 (Muy en desacuerdo) hasta 7 (Muy de acuerdo); a manera de ejemplo “En clases de Educación Física, creo que soy bastante bueno/a”. Este instrumento cuenta con adecuada fiabilidad “Alfa de Cronbach .85” y validez “KMO .86” “Chi<sup>2</sup>= 673.52, gl=104, p<.01 (Carmines y McIver, 1981); así como adecuados índices de bondad y ajuste CFI=.911 (Cheung y Rensvold, 2002), FI=.899 (Widaman, 1995), RMSA=.086, (Chen, 2007).

Una vez capturados los datos, estos fueron analizados mediante el programa estadístico SPSS v24, primero se llevó a cabo la depuración y calidad de los mismos, segundo, se obtuvieron resultados estadísticos descriptivos de frecuencias y porcentajes de los datos sociodemográficos, en seguida se analizaron los ítems que contempla el instrumento mediante: media, desviación típica, asimetría y curtosis, posteriormente se realizó el análisis factorial exploratorio (AFE) obteniendo el coeficiente Káiser-Meyer-Olkin (KMO), prueba de esfericidad Bartlett, método de extracción de análisis de componentes principales y método de rotación Varimax; se determinó la fiabilidad por cada factor, la cual fue calculada mediante el índice alfa de Cronbach (Cronbach, 1951), además se llevaron a cabo las comparaciones mediante la t de student según género y escuela de formación profesional, y finalmente la correlaciones entre factores por medio del coeficiente de Pearson.

Se puede concluir que a partir de las necesidades psicológicas básicas se llegan a crear nuevos ambientes y climas de aprendizaje que ayuden a activar el sedentarismo en los alumnos, así como también motívalos intrínseca y extrínsecamente a partir de que puedan obtener mejor desarrollo en su aprendizaje, al interactuar con sus compañeros considerando la autonomía, la competencia y las relaciones sociales durante las clases de educación física.

FIRMA DEL ASESOR PRINCIPAL: \_\_\_\_\_





# Índice

Introducción .....	1
Planteamiento del problema.....	3
Justificación.....	7
Hipótesis .....	9
Objetivo general.....	9
Objetivos específicos .....	9
Capítulo 1. Marco teórico.....	10
1.1 Introducción al tema.....	10
1.2 Actividad física y el aislamiento social.....	12
1.3 Climas motivacionales, educación física y la pandemia.....	17
1.4 Teoría de la autonomía y su relación con la educación física.....	20
1.5 La motivación en las clases de educación física.....	24
1.6 La Educación física y las necesidades psicológicas básicas.....	26
1.6.1 Autonomía .....	26
1.6.2 Competencia .....	27
1.6.3 Relaciones sociales.....	29
1.7 Antecedentes.....	30
Capítulo 2. Metodología.....	34
2.1 Diseño .....	34
2.2 Población y muestra .....	34
2.3 Criterios de inclusión.....	35
2.4 Criterios de exclusión .....	35

2.5 Instrumento.....	36
2.6 Procedimiento .....	37
2.7 Análisis de datos .....	37
Capítulo 3. Resultados.....	38
3.1 Variables sociodemográficas.....	38
3.2 Propiedades psicométrías del cuestionario.....	41
3.3 Comparación de los factores.....	44
3.4 Correlación de los factores.....	45
Capítulo 4 Discusión.....	46
Conclusiones .....	48
Referencias.....	
Anexos.....	

## Índice de Tablas

Tabla 1. Frecuencia y porcentaje de los estudiantes por edad .....	34
Tabla 2. Definición operacional de las variables.....	35
Tabla 3. Frecuencia y porcentaje de participación por sexo .....	38
Tabla 4. Frecuencia y porcentaje por edad .....	38
Tabla 5. Frecuencia y porcentaje de participación por nivel educativo .....	39
Tabla 6. Frecuencia y porcentaje de participación por entidad .....	39
Tabla 7. Frecuencia y porcentaje de las consideraciones de la salud por parte de los participantes.....	40
Tabla 8. Frecuencia y porcentaje de la consideración del estado de ánimo por parte de los participantes.....	40
Tabla 9. Frecuencia y porcentaje de la complejidad considerada por parte de los participantes.....	41
Tabla 10. Datos descriptivos, asimetría y curtosis de los ítems .....	41
Tabla 11. Prueba de KMO y esfericidad de Bartlett .....	42
Tabla 12. Cargas factoriales basadas en la matriz de patrones y las comunidades de los elementos retenidos después del análisis factorial exploratorio .....	43
Tabla 13. Análisis de fiabilidad del cuestionario y sus factores.....	44
Tabla 14. Comparación de los factores de las necesidades psicológicas básicas por sexo .....	44
Tabla 15. Comparación de los factores de las necesidades psicológicas básicas por nivel escolar .....	45
Tabla 16. Correlación entre los factores relaciones sociales, autonomía, competencia, salud y ánimo .....	45

## **Introducción**

Hoy en México se vive en una serie de situaciones complejas que, a medida que pasa el tiempo han marcado un antes y un después en nuestra era. La velocidad de estos cambios es desafiante, ya que presentan una serie de problemáticas que han superado a nuestro país. En medio de esta incertidumbre, es necesario tomar responsabilidades de forma personal, que traten de solucionar con una educación integral, el difícil momento que están viviendo nuestros niños y jóvenes, para lograr plenamente este objetivo, es necesario la implementación de una educación eficaz.

En el proceso de cambio de gobierno, se implementan reformas educativas que llevan contempladas nuevas técnicas pedagógicas que ayudan a reestructurar y reorganizar un nuevo sistema, con el fin de sumar esfuerzos por parte del gobierno, autoridades competentes, maestros, padres familia y estudiantes en general a apostar por un mejor futuro propio y para todo el país, debido a ello, se ha modificado el tercer artículo de la constitución mexicana, donde se hace mención a que; “Toda persona tiene derecho a la educación. El Estado -Federación, Estados, Ciudad de México y Municipios- impartirá y garantizará la educación inicial, preescolar, primaria, secundaria, media superior y superior. La educación inicial, preescolar, primaria y secundaria conforman la educación básica; ésta y la media superior serán obligatorias” (cpeum, 2019).

El problema que el gobierno ha considerado y los cambios forzosos que se han dado con el uso incorrecto de las Tics, han marcado un acontecimiento histórico e importante, debido a las situaciones que ya se presentan como “comunes”, como la deserción escolar por las mínimas oportunidades que tienen los estudiantes para recibir clases que son impartidas por medio de plataformas y foros en internet; esto ha ocasionado que padres de familia decidan no continuar con la educación de sus hijos, por el gasto excesivo que deben hacer para tener los insumos obligatorios que permitan este aprendizaje y que puedan terminar sus estudios a un nivel básico obligatorio, esto ha pasado desde el nivel básico preescolar, primaria y secundaria hasta ver los mismos casos en el nivel medio superior.

El trabajar desde casa frente a una computadora o algún instrumento portátil

se ha convertido el instrumento “eficaz” que puede ser llamado a contribuir de forma positiva en la vida de los estudiantes que están en un distanciamiento y aislamiento social, entonces, se coloca en tela de juicio tal situación ya que la educación física virtual según Tascón, (2020), tiene que ser con nuevas costumbres, nuevos ritmos, donde se debe aprender y reaprender a vivir en una nueva etapa, asumiendo el pasado y buscando soluciones mirando hacia el futuro participando con efectividad y creatividad, mejorando el deporte en todas sus versiones y donde se abren nuevas oportunidades de tener un mejor estilo de hábitos.

En relación con este autor se aterriza la idea, si puede llegar ser viable la educación a distancia donde los grupos de adolescentes intentan marcar la diferencia a partir de experiencias personales de acuerdo a sus propias posibilidades, es por eso que se debe recurrir a la duda si realmente la educación física virtual puede llegar a convertirse en una fuerte herramienta que contribuya a la mejora de calidad de las personas y que a partir de la pedagogía en la educación física se oriente hacia el descubrimiento de nuevos métodos estratégicos post pandémicos. No cabe duda de que es importante que los padres, maestros y todo el personal involucrado, sean parte de este nuevo y gran proyecto donde brinden oportunidades para una educación física escolar segura y responsable ante la “nueva normalidad”.

En el primer capítulo se habla sobre la introducción la problemática y la justificación del tema a tratar a partir del sustento teórico de algunos autores que ayudan a poner en contexto la situación pandémica que se está viviendo y que, a partir de esto, se abre la disyuntiva de saber elegir la mejor opción o forma de poder impartir clases de educación física en un nivel básico y medio superior, considerando el programa por el cual se rige la materia en cuestión. Así como también hablar del objetivo general donde se analiza la autonomía la competencia y las relaciones sociales hacia las clases de educación física en alumnos de Secundaria y bachillerato durante el confinamiento por covid-19, Y en los objetivos específicos se habla de evaluar estas mismas necesidades psicológicas básicas, Comparando los factores que los determinan según sexo y grado escolar, así como también el grado de asociación entre los mismos.

En el segundo apartado veremos cómo a partir de los conceptos que se han

trabajado a lo largo de la pandemia, se hace énfasis en el sustento teórico de las teorías de la autodeterminación (Self-Determination Theory (SDT); Ryan y Deci, 2000). Seguido por la idea del clima motivacional que ofrece al educador físico un deseo de interactuar de forma eficaz en el entorno en el que se desarrolla, considerando la relación que tiene la educación física con la teoría de las necesidades psicológicas básicas a partir de las clases en línea debido al aislamiento que se ha dado.

En un tercer momento, se encuentra el diseño metodológico donde se hace la descripción del tipo de estudio y donde se desarrollan los comparativos y el análisis de las correlaciones sobre las necesidades psicológicas básicas, además se menciona la población y la muestra específica de los alumnos encuestados en los Estados de Zacatecas y Nuevo León, que se describen los criterios de inclusión y de exclusión y la definición de las variables así como el instrumento y el procedimiento utilizado para hacer el análisis de los datos.

En el capítulo cuatro, se hace un análisis descriptivo de los resultados que se obtuvieron con la ayuda del programa SPSS, se muestran tablas como; frecuencias y porcentajes de participación por sexo, por edad, por nivel educativo, por entidad y la consideración de la salud el estado de ánimo y la complejidad por parte de los participantes también los datos descriptivos, asimetría y curtosis de los ítems, así como también las pruebas de KMO y esfericidad de Bartlett, las cargas factoriales y el análisis de la fiabilidad del cuestionario y sus respectivos factores relaciones sociales autonomía y competencia donde se muestra sus comparativas y su correlación entre los mismos.

### **Planteamiento del problema**

Respecto a la pandemia que viene siendo el problema actual en los últimos dos años, se arrastra esta nueva forma creativa de impartir las clases presenciales, a distancia o híbridas, que han optado los docentes para contrarrestar las complicaciones que se presentan semestre con semestre y por ello, este documento

va dirigido en cuanto a las demandas que los contenidos exigen para obtener una preparación integral que a su vez, tenga una intención creativa y concisa, que lleve una secuencia de trabajo colaborativo en todos los sectores educativos, para que los miembros involucrados puedan hacer realidad estos cambios trascendentales con un proceso paulatino.

Dentro del marco legal, se propone un modelo educativo con invenciones importantes en educación física desde la educación básica, donde desarrollan su motricidad e integridad en su corporeidad. Con el fin de que todos los alumnos puedan desarrollarse plenamente y adquieran habilidades que los ayuden en su propia formación constante y permanente. Se habla de un modelo en el cual, se quiere adicionar desde la psicología un concepto por el que nos ocupa este documento, la autonomía, competencia y relaciones que van en correspondencia con el área de desarrollo personal y social. La educación física, es una forma de intervención pedagógica que ayuda directamente a la motricidad y su relación con la salud, por ello, la finalidad de aplicar un sistema basado en aprendizajes clave, es buscar un concepto como es la creatividad en la acción motriz, para que sea la base de la autonomía y la competencia en la relación entre estudiantes durante las clases en línea, presencial o híbridas.

Para lograr un contraste entre los conceptos anteriormente señalados, se utilizan algunas herramientas de recolección de datos, como el cuestionario, para conocer cuáles son las dificultades y/o fortalezas que se presentan durante el confinamiento, también, se busca analizar cuál ha sido su experiencia en esta nueva normalidad, la forma de recibir clases, además de advertir las aptitudes con las que enfrentan los problemas día con día. Para planificar y evaluar el proceso e intervención de la educación física se requiere de un proceso significativo que promueva la imaginación, la resolución de problemas, la toma de decisiones, pero sobre todo: “La Creatividad” en cada escenario complicado que logre la asertividad de diseñar estrategias audaces para la solución de problemas con una “autonomía” que es la consecuencia de un clima de aprendizaje como parte de la enseñanza psicológica dentro de las clases de educación física, con el objetivo de que los alumnos aprendan a utilizar herramientas para adquirir buenos hábitos de vida

saludable que inciden en su bienestar físico y con la posibilidad de socializar e interactuar mejor entre espacios curriculares y extraescolares.

A partir del análisis derivado de las circunstancias por la pandemia, se ha estructurado un programa como respuesta a la problemática de la educación básica en general, dando como resultado una educación a distancia, pero con carencias. La pregunta que se plantea la Organización Mundial de la Salud OMS, (2020); ¿es posible estructurar un proyecto permanente para la educación a distancia?, de aquí, se replantea el problema a partir de la adaptación inmediata que hicieron los docentes para garantizar el aprendizaje.

Esta pandemia obliga a considerar los aspectos en los que se ha visto afectada la educación a nivel mundial, las consecuencias van desde un acceso y conexión con dispositivos electrónicos para las clases sincrónicas, la brecha del uso del tiempo con efectividad, donde se pone en cuestión si es o no, pertinente esta forma de realizar las clases por todo el tiempo perdido, que se pudiese tener entre clases, o por conexión etc. Otra esfera importante, es la esfera de las actividades escolares, que van relacionadas con las prácticas de los profesores y encargados de la educación.

En este sentido, el rendimiento académico, pudo haber disminuido como consecuencia de que, la respuesta de los alumnos apoyado por la inconformidad de los padres, hay desigualdad en cuanto a la forma única y específica de poder realizar un trabajo efectivo para poder alcanzar una buena calificación. Es aquí, donde entra la forma y creatividad de dar las clases por parte de los docentes.

En el área de educación física en la educación básica, se utilizan conceptos como “autonomía y motivación” que ayudan a considerar la importancia de la relación entre docentes y alumnos, de los cuales, los estudiantes con rendimiento bajo están menos motivados intrínsecamente, tienen menos interés por hacer los deberes y requieren de mucha motivación extrínseca para realizarlo (Pan et al., 2013).

Hablamos de autonomía cuando el profesor, delega responsabilidades para actuar de forma voluntaria de acuerdo con su propio aprendizaje, como definen (Williams et al. 1997), considera como; el grado en el que los profesores reconocen



la capacidad de los alumnos y fomentan su participación en actividades de aprendizaje. Se habla pues de un proceso activo por parte de los docentes que según los autores facilitaría la participación de los estudiantes en su aprendizaje autodeterminado.

Cuando se crean climas de aprendizaje, que van acorde con la autonomía de los estudiantes, éstos mejorarán su motivación intrínseca, mientras que los que perciben un ambiente de control, respecto al comportamiento del profesor, provocan una disminución de su sentido de voluntad y, por ende, una reducción de la motivación natural.

Autores como Matos (2009), definen la motivación intrínseca, como “el mejor ejemplo del comportamiento autónomo” y, por tanto, autodeterminado, de lo contrario, la motivación extrínseca supondría mayor control del alumno y evidentemente no podría ser autónomo. Tomando en cuenta lo anterior, se suma el rol de que ejercen los padres de familia, afrontar el reto de estar en confinamiento y las secuelas que pudiese traer este fenómeno, se convierte en apoyo incondicional la actitud positiva con la que los papas y mamás, ayuden en todo lo que este de su parte para realizar los trabajos necesarios y pasar el año.

Y no es que antes de la pandemia no se considerara la labor de los padres como esencial en la formación de los hijos, de hecho, la familia es la primera responsable de la socialización, conocimiento y construcción de la personalidad del niño. Pero la historia del involucramiento de los padres en la educación formal de los hijos ha sido inapropiada, siendo en este momento de incertidumbre por el distanciamiento social, que se requiere más de su apoyo para favorecer el aprendizaje de los estudiantes.

Hay factores secundarios que son el resultado de la ineficacia, desmotivación, autonomía y desinterés por parte de los padres de familia que castiga toda actividad realizada por los docentes y esto se convierte en otro problema más para nuestra educación mexicana, por lo anterior mencionado se plantea como pregunta de investigación:

¿Cuál es el clima de aprendizaje “adecuado” en clases de educación física que

apoyaría la autonomía, la competencia y relaciones de los alumnos de educación secundaria/preparatoria durante la pandemia del COVID-19?

## **Justificación**

Para que un sistema educativo logre ser exitoso y tenga mejores oportunidades de aprendizaje, se requiere tener a alumnos motivados. Es pues, un aspecto importante tomar en cuenta la motivación por la que no hay duda, de que, cuando esta no existe, los estudiantes difícilmente aprenden. Por otro lado, numerosos estudios destacan la importancia de los procesos motivacionales desarrollados por los alumnos en el contexto de la educación física, que de alguna forma actúan como elementos determinantes de los comportamientos durante el proceso de las clases (Ntoumanis y Standage, 2009).

En este sentido, es conveniente mencionar que los estudios por los que se aprueba la motivación están sustentados con teorías que han ayudado a observar desde otro punto de vista la mejora del aprendizaje dentro de las clases de educación físicas, como lo ha sido la Teoría de la autodeterminación - TDA (Deci y Ryan, 2000; Ryan y Deci, 2000). En la que se describe la motivación como una continua autodeterminación, diferenciando entre motivación autónoma, motivación controlada y desmotivación.

La importancia de realizar este estudio dentro del área de educación física es conocer los niveles de autonomía y el clima de motivación por parte de los estudiantes de educación secundaria y bachillerato en tiempos de pandemia, e identificar en los resultados la eficacia con la que los estudiantes pueden aprender en clases, por medios electrónicos y video llamadas. Uno de los motivos personales, es conocer que tanta autonomía y motivación intrínseca tienen los jóvenes estudiantes, para adquirir ese aprendizaje significativo que la materia de educación física puede ofrecer.

La clase de educación física online ha supuesto un reto tanto para el docente como para el propio estudiante; en este sentido Abreu, J. L. (2020), menciona que el

mejor aprendizaje en línea permite a los usuarios interactuar entre ellos y no sólo sentarse y escuchar una conferencia en línea, también permite a los participantes interactuar con los maestros tal como lo harían en una aula, en estas investigaciones los académicos argumentan que para que sea efectiva las clases, el contenido del curso debe estar bien diseñado así como los instructores bien preparados para que haya una interacción motivada entre instructor y alumno así como también crear un sentido de comunidad de aprendizaje en línea y no menos importante contar con un avance rápido en la tecnología para estimular estrategias efectivas que puedan mejorar el éxito en las escuelas, con la ayuda de las redes sociales (WhatsApp, Facebook, Teams, Class-room) comparten aprendizajes significativos y de esta forma combatir el sedentarismo y los problemas a futuro que estos conllevan.

A nivel deportivo, los alumnos que egresan del nivel de secundaria y bachillerato comienzan a insertarse en la sociedad a un nivel competitivo-deportivo, se busca enfrentar los problemas que trae consigo esta pandemia y saber tomar ventaja de las circunstancias que obliga el tener clase a distancia. Por estas razones se ha aplicado un diagnóstico por medio de un cuestionario donde se trabajan variables como la autonomía, competencia y relaciones sociales para conocer el aprendizaje de los alumnos en estos contextos y si su nivel de motivación es intrínseca o extrínseca y como esta ha llevado a que los resultados puedan ser positivos o negativos.

Esto ayudar a la contribución del problema de no querer o tener la oportunidad de aprender mejores hábitos de actividad física a través de las clases de educación física por medios tecnológicos, esto ayudaría a tener una mejor visión por parte del docente y una estrategia como base para cambiar su metodología y forma de impartir clases.

**Hipótesis**

Durante la pandemia por Covid-19 los alumnos de educación secundaria y bachillerato tendrán un clima de aprendizaje positivo en la clase de educación física, el cual, apoyará sus NPB.

**Objetivo general**

Analizar la autonomía, competencia y relaciones sociales hacia la clase de educación física en alumnos de secundaria/bachillerato durante el confinamiento por COVID-19.

**Objetivos específicos**

- Evaluar las NPB hacia la clase de educación física durante el confinamiento por covid-19
- Comparar los factores de autonomía, competencia y relaciones sociales según sexo y grado escolar
- Determinar el grado de asociación de los factores NPB.

## **Capítulo 1 Marco Teórico.**

### **1.1 Introducción al tema**

Las Naciones Unidas para la educación la ciencia y la cultura (2020), mencionan la necesidad de activar físicamente a la población infantil y juvenil ya que la educación física es un derecho fundamental que trae consigo beneficios para los seres humanos; la familia, la comunidad y la sociedad en general desempeñan un papel importante en el desarrollo de los adolescentes el cual se considera los conocimientos que se manejan en el desarrollo de planeaciones con conceptos clave que van desde las capacidades físicas psicológicas, el bienestar social, hasta como mejorar la salud mental previniendo el riesgo de caer en las adicciones, la delincuencia organizada y sobre todo adquirir un nivel de vida considerable.

La educación física en la actualidad maneja una revisión teórica a partir de la problemática existente en México, donde se incrementa los índices de masa corporal en los adolescentes y que esto preocupa no solamente a los involucrados en la parte educativa, sino también a las familias que tienen en cuenta que por medio de la práctica y de la actividad física, los jóvenes pueden adquirir un estilo de vida saludable en contextos desfavorables como lo es la pandemia por covid-19 (Condor, 2020)

Se busca mejorar las oportunidades que se ofrecen a partir de esquemas virtuales y contenidos programados en las clases de educación física para disminuir el sedentarismo, el cual se presenta como un reto que no ha sido superado por parte de las autoridades públicas, los profesores trabajan codo a codo para que la relación de variables; salud, educación física, sedentarismo, competencia, autonomía y relaciones sociales sean favorecidos a través de nuevos programas que manejan objetivos concretos y que son coordinados a partir de antecedentes y referencias desde una crítica constructiva para un desarrollo adecuado en los alumnos (Gómez, 2020).

Lo mencionado con anterioridad ha hecho que en el país se susciten problemas con respecto a la salud generalizada, no sólo en el contexto educativo

sino también por genética o a partir de las enfermedades crónicas no transmisibles, existe un incremento de enfermedades cardiovasculares asociadas al sedentarismo, está es la razón principal por la que se quiere trabajar la relación de los conceptos ya mencionados con el aprendizaje significativo en los estudiantes que reciben clases en línea de educación física (Lippi et al., 2020).

Es prescindible reforzar el aprendizaje por medio de la actividad física con intensidades moderadas o vigorosas como es recomendado por la organización mundial de la salud y que llega a ser efectiva durante el confinamiento por COVID-19, se han presentado las mismas situaciones movidas por las circunstancias que las demás dependencias y sobre todo en sus líneas de investigación han adquirido una reorientación en las plataformas o redes sociales para la ayuda y aplicación de las materias cursantes durante el ciclo escolar, es de importancia integrar los contenidos que se han manejado antes, durante y después de la pandemia a partir de la estructura y jerarquización que se le ha dado (Dixit, 2020).

Existen nuevos retos pedagógicos que han sido el tema principal manejado por parte de las autoridades educativas en especial los maestros de educación física en educación básica, en la cual se establece un esquema virtual con una amplia gama de opciones para dar respuesta a los problemas por medio del desarrollo y a partir de las estrategias de aprendizaje que los docentes apliquen en sus respectivos contextos de trabajo, ya que, deben considerar las herramientas a su alcance para adecuarlas en la mejora de los aprendizajes y que den mejores resultados.

## 1.2 La actividad física y el aislamiento social

La separación es parte del aislamiento debido al confinamiento por la pandemia, ha marcado un antes y un después en todo aspecto social, cultural-educativo, se ha restringido el hecho de poder trasladarse de un lado a otro, ir a la escuela, realizar actividad física al aire libre u otra ocupación de ocio-recreación o por la necesidad de llevar el sustento económico a las familias, en particular, de la relación que tiene la educación física y el aislamiento social, donde se suma la problemática que enfrenta la educación pública a nivel mundial. Ciertos factores relacionados con enfermedades emergentes durante el confinamiento han afectado al bienestar físico y social, esto lleva a la pérdida de hábitos y aumento de estrés psicosocial, de acuerdo con el primer estudio que analizó el impacto de la psique en la cuarentena por COVID-19 en China (Wang et al., 2020).

Para evitar el peligro de contagio entre las masas según su edad y estilo de vida, la población ha tomado las medidas preventivas para evitar algún síntoma y/o contagio que llega a atentar contra su vida. Algunos estudios (Liu et al., 2020), han comprobado que debido a las causas por distanciamiento se han producido daños psicológicos temporales en un grado permanente, estas consecuencias afectan el rendimiento escolar de los educandos, sobre todo llegan a producir estrés, confusión, irritabilidad y tristeza llegando a ser inestables de forma general, en el caso de niños que han sido separados de sus tutores durante la pandemia o que han sufrido la pérdida de un ser querido son más propensos a presentar problemas psicológicos, así como Domínguez Rey et al., (2020) menciona que estos cambios pueden suscitarse debido a la situación de soledad, donde se habla también de incomunicación, desinformación e incertidumbre y plantean que la ansiedad fue alta en el 72 % de los pacientes que se les detectó estos problemas

Debido a esto, el impacto en los conceptos mencionados, llega a ser significativo y afecta en parte a una determinada población que lleva un historial clínico preocupante y tiene consecuencias postpandemia, en particular, se habla de la relación actividad físicas-aislamiento, en este contexto se desarrollan ciertos programas que los mantienen activos físicamente y se hacen algunas

recomendaciones respecto a la intensidad y la frecuencia en cómo se debe trabajar en casa, 30 minutos de actividad física moderada diariamente lo que son 150 a 300 minutos por semana y/o al menos 20 minutos de actividad física vigorosa 2 veces a la semana pero en este contexto de aislamiento se recomienda incrementar la actividad física moderada de 200 a 400 minutos por semana y la actividad vigorosa de 2 a 3 días por semana (Adhikari et al., 2020).

También hay que considerar que cuando se hace ejercicio en espacios reducidos y se utilizan herramientas que hay en casa, se presentan situaciones adversas como la falta de espacio, la falta de recursos materiales o bien de la ayuda de un guía que es acompañante exclusivo en la práctica de la actividad física que logran ser controladas pero, sí en dado caso las intervenciones requieren superar los niveles de actividad física durante este proceso, entonces se presentarían barreras internas que están fuera del control de la persona; como la falta de interés, la motivación y ciertas incompetencias percibidas, ya no se habla de una inactividad física como tal sino de un concepto similar el “sedentarismo en casa”

Otro enfoque para dar respuesta a la prevención de enfermedades son algunas medidas para contrarrestar y enfrentar la cuarentena que vienen de parte del gobierno local y nacional, la información que proporcionan ha ayudado a tener un nivel de comunicación social afectivo personal equilibrado y con un enfoque colaborativo, el grado de impacto dependerá de varios factores que van ligados con el estudio de Sprang y Silman (2013), la población es más propensa a presentar trastorno de estrés agudo y de adaptación y dolor (el 30% con criterios de trastorno de estrés postraumático).

Las vías por las que se trasmite la conducta que emerge por la pandemia contienen diferentes fuentes de estrés en las personas. Las situaciones de emergencia permiten sintetizar las principales implicaciones en el impacto psicológico, como el miedo al contagio por virus y enfermedades, la manifestación de emociones de frustración con aburrimiento, no poder cubrir las necesidades básicas, no disponer de información con pautas de actuación claras (Brooks et al., 2020) o la presencia de problemas de salud mental previos o problemas económicos (Wang, Zhang, et al., 2020).



Este tiempo ha mostrado resistencia a la actividad física, pero aunque cuesta más trabajo realizarlo, se buscan alternativas que ayudan a disminuir el sedentarismo y formalizar un itinerario donde se analiza y comprende el impacto positivo en la salud y la condición practicando actividad física sin la necesidad de ir a un gimnasio, al trabajar en casa se han tomado medidas preventivas para considerar la manera correcta de ejecutarlas y no contrarrestar el avance en los niveles adquiridos, Romero et al, (2020, p 32); hablan de la promoción de la salud y de estilos de vida saludable que van dirigidas a mejorar el entorno y la sociedad en la que se vive.

El ejercicio se ha convertido en la “principal fuente de medicina” para todas aquellas personas que tienen alguna enfermedad (obesidad, hipertensión diabetes, sobrepeso) hiladas con el sedentarismo, y estas arrastran consecuencias en las personas adultas, en este tipo de casos el Consejo Nacional de envejecimiento y la asociación americana de terapia física han creado ciertas guías de actividad física (Tripken, 2020; APTA, 2020).

Sumando a lo anterior existen otras alternativas por ejemplo, en el caso de los adolescentes, al concientizar la actividad física que realizan durante las clases de educación física, indudablemente muestran otra cara al momento de ejecutar dichas actividades ya que el tipo de barreras que podemos encontrar son ambiguas sin olvidar las que se han mencionados con anterioridad y que dependen ciertamente del apoyo moral por parte de los padres de familia respecto al trabajo que durante las clases en línea o presencial se van haciendo, la crisis por la pandemia ha logrado que los reflectores fijen su mirada en cómo se han estado impartiendo clases en las escuelas, que si bien no es adecuado compararlas con las estrategias aplicadas con anterioridad, es lo que se está haciendo hasta hace unos meses y como “resultado” se adoptan métodos de una educación a distancia; la variante e-learning y la educación virtual entre otras (Isidori, 2020, p.7), que marcan un antes y un después.

Una de las ventajas de la actividad física en épocas de confinamiento es que se puede hacer en casa, por lo tanto, depende de manera drástica en cada persona si el beneficio llega a ser positivo o negativo, considerando su salud mental

psicológica y social para enfrentar esta nueva normalidad, Piedra (2020) menciona que, en el contexto de actividad física le ha tocado igualmente adaptarse a las nuevas circunstancias y en esta adaptación las redes sociales están jugando un papel clave.

Se puede creer que la imposibilidad de salir de casa declina los niveles de actividad física, sin embargo, por medio de redes sociales como Instagram o Youtube las personas motivadas siguen programas de entrenamiento durante el confinamiento, que si bien no llegan a ser 100% efectivos debido a problemas externos, de alguna forma han ayudado a activar a las personas y dejar de lado el sedentarismo, remplazando ya sea los gimnasios y lugares específicos para la práctica y el ejercicio físico, se han buscado alternativas que ayuden a elevar los niveles de actividad física en el aislamiento social y esto es una prueba de ello en un contexto social donde los niveles de seguridad para enfrentar la pandemia son vistos como una medida de prevención de enfermedades y no en otro sentido.

Las personas inactivas, desencadenan en el aumento inconsciente de contraer enfermedades como es el caso por la enfermedad covid-19, ya que si tiene otras enfermedades no transmisibles, lo hacen un candidato susceptible al contagio, el desequilibrio en la dieta, el sedentarismo, el consumo de tabaco y/o de alcohol, no dormir el tiempo necesario o llevar a cabo comportamientos inseguros, tienen una mayor probabilidad de desarrollar enfermedades, comparadas con aquellas personas que no incluyen estas prácticas en su estilo de vida saludable, OMS (2020).

En la vía educativa, el deporte y la actividad física a distancia, no es la excepción, hay clubes, gimnasios y ligas deportivas, que están presentes en los formatos a distancia, para bien o mal, le han dado un giro completo a la forma de trabajo en aquellas instituciones involucradas. A pesar de lo que se ha mencionado, En México el apoyo a la educación a distancia es preocupante, es el ámbito del aprendizaje educativo lo que representa el auge central de este estudio ya que por medio de la educación física se les pide a los alumnos que realicen y/o desarrollen actividades que impliquen tipos de movimientos corporales para aumentar los niveles de actividad física y poder de alguna manera combatir y disminuir el riesgo

al contagio.

Si es todo lo contrario, el alumno se enfrenta al problema de no hacerlo con un propósito personal, dando como resultado negativo lo que en realidad es la puerta de escape para no contraer enfermedades, más el problema de tener créditos insuficientes para pasar la materia, esta dificultad no es nueva y el número de horas que las personas permanecen sentadas ya sea porque ven televisión y están en la computadora o el celular, entonces la insuficiente actividad física realizada ha sido un problema de salud pública antes del aislamiento por Covid-19, incluso no se logra identificar la idea central del por qué hacer ejercicio y si se hace, cuánto tiempo se debe realizar para que pueda continuar con aquellas actividades que sean más placenteras para ellos.

### **1.3 Climas motivacionales, educación física y la pandemia**

La pandemia ha afectado a miles de personas a nivel global, es la consecuencia por la que los alumnos de hoy toman sus clases en línea, ha impactado de manera particular en la clase de educación física, en lo que respecta a la función del docente, es primordial que se garantice una adecuada función en el proceso de adaptación a este contexto, es por ello que la materia de educación física representa el vehículo más adecuado para que la mayoría de los estudiantes lleguen a ser activos y promuevan un estilo de vida saludable, ya que los contenidos que se trabajan están vinculados directamente con la salud, la activación física y los beneficios psicológicos y cognitivos. (Giménez et al., 2013).

Estamos en un tiempo donde el ambiente de la educación es vista como la parte obligatoria de realizar actividades por una ponderación aprobatoria por parte del profesor, por lo tanto, los alumnos no prestan el interés necesario para realizarlas, en la medida en que los alumnos trabajan bajo un ambiente de aprendizaje en su contexto o bien es complicado para ejecutarlo, dejan de lado el propósito esencial de la actividad física y se va perdiendo el objetivo de la clase por la cual se identifican las necesidades de los aprendizajes en los estudiantes y que a partir de esto se trabajan los contenidos que se desarrollan a través de conceptos clave por medio de la actividad física, por esto, la participación activa de los estudiantes declina y su responsabilidad llega a ser obsoleta de manera que no se puede tomar en cuenta la intervención entre pares porque buscan su propio interés y no el bienestar común de los demás. Baghurst, T. (2014).

El ambiente social que maneja el tutor depende de los contenidos que se trabajan en un nivel básico, juegan junto con los climas motivacionales un importante papel que pueden ser creados por figuras de suma autoridad, por ejemplo, el maestro de educación física tiene o llega a ser muy controlador, actúa de una forma que los alumnos trabajan bajo presión y haga que las actividades se realicen de manera independiente, este hecho no considera las relaciones sociales que suscitan mayor aprendizaje y por consecuencia no se da importancia en la participación entre compañeros hasta el punto de prescindir del dominio que tiene

una clase por parte del docente.

Durante las clases, los alumnos se muestran inseguros al momento de participar en cualquier actividad y no se encuentran en un “clima de aprendizaje apropiado”, por el miedo al qué dirán, deja de importarles las clases y esta conducta inhibe su motivación que de alguna manera se pierde sentido del tema que se trabaja. En caso contrario, cuando se apoya la participación ofreciendo libertad y favoreciendo su implicación en la toma de decisiones entonces la autonomía, la motivación, las competencias y las relaciones sociales se ven favorecidas a tal grado que determinan los resultados de forma individual.

Los climas motivacionales son defendibles por el desarrollo de competencias que van encaminadas hacia las necesidades educativas psicológicas, pueden facilitar un aprendizaje significativo autónomo que proviene directamente de la capacidad de hacer tareas que favorezcan el bienestar de la persona (Duda et al., 2005). En este sentido, es importante considerar que cuando se pretende dar una clase a un número importante de alumnos, deben tomar en cuenta las características, el comportamiento y la forma de ser de los implicados, ya que resulta inapropiado planear una clase donde el tema va en una dirección que favorece el aprendizaje de unos pero el desinterés por parte de otros.

El clima motivacional que llega a ofrecer el educador físico consiste en aumentar ciertos niveles de satisfacción personal, al igual que va interactuando de forma regular en un entorno donde se sientan competentes, si consideramos la teoría de la autodeterminación (Deci y Ryan 1985), se hace mención de algunas necesidades básicas que sugieren tomar en cuenta las emociones que surgen a partir de la toma de decisiones de forma personal, donde los alumnos necesitan sentir que iniciaron por decisión propia alguna actividad de forma eficaz y se relacionan con los demás de manera positiva y que se da como resultado la aceptación de la comunidad y bien común.

Definitivamente hay una relación positiva entre la participación de los jóvenes en actividades físicas y la ausencia del control total de la clase. El apoyo que reciben los alumnos por el docente en tiempos de pandemia es crucial para su aprendizaje, se presentó un modelo como la mejor opción para que los alumnos

continuarán con sus estudios en la “Educación a Distancia” promoviendo sitios web como “Aprende en casa” (Moctezuma, et al. 2020), sin considerar que la mayoría de los docentes y los alumnos no estaban preparados para este tipo de estrategias ya que solo se consideraron los contenidos y se plasmaron en programas visuales poco atractivos sin una interacción entre alumno-docente optaron por agregar bibliografías donde se daba referencia y recomendación en videos de YouTube y como la pandemia se alargaba se vieron en la necesidad de agregar enlaces a páginas no gubernamentales, esto sin tomar en cuenta la participación individual de todos los docentes en su área en el caso de la asignatura de educación física, los maestros trabajaron por medio de las redes sociales como whatsapp entre otras, donde se les mandaba las actividades por realizar con el apoyo de una descripción general y un vídeo tutorial como ejemplo, los alumnos regresaban una respuesta de un vídeo similar grabado por ellos con la ayuda de sus padres realizando la actividad que se les pedía.

Las medidas tomadas por parte de las autoridades educativas no incluían una técnica desarrollada, los docentes sólo actúan por iniciativa y no tienen claro el consentimiento de lo que realmente se necesita para obtener buenos resultados al momento de dar clases a distancia, es evidente que muchos docentes no pudieran dar clases a distancia por la falta de capacidades y habilidades digitales y que por parte de las instituciones gubernamentales no se optó por una estrategia dónde estableciera primero el programa y posteriormente la capacitación a docentes.

Es evidente que se debe replantear la necesidad de un nuevo sistema educativo donde se trabaje con acciones que resulten efectivas de manera general y personal para impulsar el desarrollo integral de los alumnos en cualquiera de los niveles educativos, cuando se habla de un clima motivacional, las personas logran ser activas esto da importancia al desarrollo de su persona, de forma contraria son pasivas y alienadas al mal uso de los recursos que tienen a su disposición según sea el caso en el que cotidianamente se desenvuelven, por lo que, al estudiar el comportamiento de los alumnos se puede obtener un mejor conocimiento de desarrollo general y personal en la conducta de la persona en la sociedad (Bryan & Solmon, 2007).

#### **1.4 Teoría de la autodeterminación y su relación con la educación física**

Hablar de las necesidades psicológicas básicas es tener una relación estrecha entre los ámbitos educativos, laborales y de desarrollo personal y social, insertada en un campo donde los aprendizajes de relación entre pares a través de las competencias que se alinean en un perfil específico (planes y programas) los sujetos se van desarrollando, en el ámbito educativo se da el caso de aquellos alumnos que tienen un perfil alto y su desempeño académico es bueno ya que se ajustan a los perfiles motivacionales autónomos (e.g., Cerasoli et al., 2014) y que han sido estudiados para hacer comparativas entre sus iguales donde se encuentran clasificaciones en relación con los conceptos que trabajan de manera personal y grupal en base a la asignatura asignada.

En el campo laboral, aunque el desarrollo llega ser más empírico se ha observado que debido a las frustraciones de competencia de autonomía y relación hay un nivel de estrés laboral alto, esto causa malestar físico y psicológico, debido a estas causas los resultados son negativos, por el contrario aquellos trabajadores que muestran un compromiso regulado por un perfil motivacional autodeterminado, su compromiso y su experiencia lo llevan a encontrarse con satisfacciones positivas dentro de su trabajo (e.g. Vargas, 2012).

Hay investigaciones que muestran que a partir de los objetivos que buscan los atletas, su rendimiento es mejor gracias a que se exhiben perfiles más autodeterminados y permiten alcanzar mejores resultados deportivos (Gillet et al., 2016), es por esto por lo que las necesidades psicológicas básicas fungen un rol importante dentro de la actividad física a largo plazo (Kinnafick et al., 2014) y se ha querido demostrar su justificación por medio de la teoría de la autodeterminación.

Regresando a la idea hecha por (TAD Deci & Ryan, 2004) donde hablan sobre el proceso de desarrollo y aplicación de teorías basadas en la relación de las conductas humanas, van aplicadas generalmente y no específicamente a un enfoque

del desarrollo en la persona, así como a la coexistencia de diversas perspectivas que se observan a partir de los estudios realizados en este campo (Reeve, 2008).

Algunas teorías como la atribución de (weiner 2010), trata de aclarar los argumentos que los sujetos dan sobre sus propias acciones, así como las de los demás, determina sus tendencias a la acción, en todo caso tienden a estar aliados en un grado de dependencia entre sus pares, forma así, un determinado consentimiento de codependencia que nace de la necesidad de relacionarse con sus compañeros de una forma intrínseca.

Otra subteoría que debemos mencionar para entender el comportamiento humano, viene propuesta por la teoría de metas un modelo de Elliot & Dweck, (1988), que divide la forma de aproximarse a una meta en concreto en dos categorías; el aprendizaje que busca que se incremente la habilidad y el dominio sobre las tareas, y la ejecución, que tiene como objetivo el conservar juicios positivos sobre las habilidades propias, durante las clases de educación física la participación que se da es amplia y en los resultados se conservan las mejorías a nivel físico psicológico y social, siguiendo la idea, otros autores como Grant & Dweck, (2003), sumaron a esta teoría las metas normativas que hablan de la forma de comparar los resultados de unos con otros respectivamente.

Haciendo mención de la teoría de la autodeterminación y sus funciones generales se puede destacar que la conceptualización que manejan los autores principales Deci y Rya (2004), sostienen que una teoría psicológica es motivacional solamente si explora la energía que viene generada por las necesidades que presenta el alumno al momento de enfrentarse a un problema o bien la dirección, que orienta la acción a la satisfacción de las necesidades, es por ello, que se incluye dentro de los límites del cognitivismo con la diferencia que se establece ya que se centra en la noción y tipo de metas dejando de lado el proceso y la energización por las cuales se alcanzan esas metas. Este estudio da pauta para hablar extensamente sobre la efectividad y la motivación con la que se trabajan los contenidos, las estrategias de aprendizaje, los métodos de evaluación y la recolección de datos, como muestra la eficacia y la esencia de una clase de educación física.

Deci & Ryan (1985), trabajan con esta teoría bajo una manipulación y



formulación conductista y humanista (Sheldon & Kasser, 2001) estos autores, toman como obligación someter su hipótesis a varias pruebas empíricas con una importancia en el individuo tomándolo ahora como ser humano activo y considerado el humanismo que proponían Maslow (1943) y Roger (1951). Así mismo, se integran aportes que definen a esta teoría como empírica-humanista y que no dejan de lado el enfoque dialectico-orgánico que jerarquiza la metateoría de todas sus ideas presentadas por medio de conceptos. Así pues, se aclara que a partir del conocimiento que comparten cierto grupo de autores con respecto a los trabajos realizados y presentados por teorías, los alumnos son seres humanos orgánicos activos que tienen tendencias hacia un crecimiento, hacia un dominio de ambiente y que llegan a integrar experiencias nuevas con una orientación coherente y con un sentido de sí mismos.

Con respecto a los individuos en su forma de trabajo se mencionan las condiciones que se establecen en un actuar interno como externo y esta conducta revela la energía por el cual se ve reflejado el logro de sus necesidades frente al conflicto de sus problemas, por ejemplo, durante el desarrollo de sus fuerzas externas y sus emociones e impulsos dentro de la clase de educación física, estructuran una unidad interna llamada sí-mismo (Deci & Flaste, 1996). En concreto, el objetivo de esta macroteoría de la motivación humana busca lograr una comprensión de los comportamientos que de alguna manera resulte generalizable aplicarla en los contextos donde los sujetos logren desenvolverse y que sea vista positivamente en diferentes culturas, además de que es aplicable a dominios educativos, deportivos, laborales y clínicos la hace vigente por mucho más tiempo.

Lo que ocurre en las investigaciones con fines educativos respecto a la motivación, la hipótesis de la TAD (Teoría de la Autodeterminación) llega a afirmar que la motivación es vista como un constructo unitario (Deci & Ryan, 1985), se ha formalizado una estructura jerarquía de tres momentos que nos ayuden a entender la forma en cómo un docente puede intervenir en la vida de sus alumnos por medio de las clases de educación física; la global, contextual y situacional (Vallerand, 1997), el primero trata de la personalidad y está vinculado al carácter general del individuo, hecho que ayuda a ubicar la participación y constancia de los

alumnos en sus diferentes fases de aprendizaje, en el contextual, se necesita identificar las diferencias en la participación que realiza el alumno en el ámbito educativo, recreación y trabajo, ciertas influencias sociales son de gran importancia y son consideradas como las actividades esenciales para el desarrollo del alumno a lo largo de su vida, el tercer momento situacional, nos lleva a reflexionar esos recuerdos especiales que viven los seres humanos en ciertas etapas de su vida, por ejemplo, alguna actividad realizada por la escuela y que marcó un hecho significativo en el alumno, así como también algún evento social en familia etc.

Hay que destacar la idea de los autores Lavigne, Vallerand, (2010) dónde se da la relación de los conceptos utilizados y que, si bien el global tiene que ver con el contextual y lo mismo pasa con el situacional, los tres momentos se dan durante el desarrollo de las actividades físicas monitoreando la escala de patrones motivacionales adaptativos que van orientando la meta, así como el clima motivacional por el cual los alumnos procesan la información dentro de clase.

En cada etapa se puede apreciar un índice similar de acción, donde los factores sociales inciden en la motivación por medio de “medidores” como lo son las necesidades psicológicas básicas (competencia, autonomía y vinculación) y que en función de la satisfacción que marque va en favorecimiento hacia los diferentes tipos de motivación intrínseca, extrínseca y la amotivación en las clases de educación. En el tipo de motivación intrínseco del placer-hacer; realiza sus objetivos o acciones porque el individuo se complace por el simple hecho de concebirlas, en el factor extrínseco: nos marca una tendencia diferencial ya que busca llegar a un fin determinado por medio de comportamientos efectuados que tienen un mismo objetivo y en el plano amotivacional se refiere a conductas por los individuos no reguladas que causa una sensación de falta de propósito (Deci & Ryan, 1985). Depende de la motivación que marque la diferencia, será esta la causa generadora de resultados positivos o negativos.

Tomando en cuenta la dificultad de los modelos propuestos derivado de las investigaciones hechas por Deci & Ryan (2004), se muestra una formulación de cinco subteorías del fenómeno motivacional, la que nos interesa en este campo es la teoría de las necesidades psicológicas básicas.

## **1.5 La motivación en las clases de educación física.**

Para poder tratar el concepto de motivación con un enfoque hacia la educación física, trataremos de definir esta variable con respecto al concepto abstracto cómo es concebido y que lo han definido numerosos autores (Kanfer et al., 1994), teniendo en cuenta a su bibliografía, consideran la motivación como aquel mecanismo psicológico que administra la dirección, la intensidad y la persistencia de la conducta, en el caso uno, se habla de la intención que tiene el alumno para llegar a una meta concreta y con anticipación elige una conducta para perseguir ese objetivo, ya no se consideran otras opciones como viables para validar esa conducta que en ocasiones podría llegar a ser negativa, aun así la seguirá utilizando para conseguir su fin. En la segunda variable, la intensidad tiene que ver con la cantidad de esfuerzo que se invierte para lograr un objetivo, en la tercera variable se habla del tiempo invertido que se da al factor importante para el alumno y que constituye un hecho trascendental para el desarrollo individual de su persona (Iso et al., 2000), como se dijo anteriormente tienen una dimensión directa con la importancia de la motivación en las clases de educación física para conseguir resultados positivos, a su vez se presentan motivaciones extrínsecas e intrínsecas es conveniente aclarar a continuación y que nos enfocaremos más en la intrínseca.

La motivación extrínseca es aquella que viene de un medio externo, se enfoca en conseguir resultados externos que llevan al alumno a realizar actividades positivas o negativas según sea la forma de manejar la situación, ya que dichas conductas son atribuidas a los éxitos obtenidos gracias al comportamiento positivo de la persona, también se distinguen por aquellas emociones externas que se ven reflejadas en las acciones ligadas a resultados inmediatos de las tareas que deben realizar los alumnos (Deci & Ryan 2000).

Se entiende como motivación intrínseca aquella intensidad y persistencia que expresa una persona al momento de realizar alguna actividad sin la necesidad de que un agente externo lo “obligue” a hacerlo, por ejemplo, alguna recompensa o presión, y/o algún otro factor similar. Por otro lado cuando se busca lograr

objetivos personales el interés cambia así como el perfil motivacional del individuo y muestra un interés que requiere de habilidades, actitudes y valores como también de autonomía y criterios para desarrollar o crear íntegramente lo que se propone, no le cuesta trabajo para realizar cualquier actividad y de lo contrario muestra explosivo interés y satisfacción por hacerlo en realidad, es una persona que se implica dentro de las tareas asignadas por un superior ya sea en el campo educativo, laboral y de relación general.

En el campo laboral las personas que están motivadas intrínsecamente logran realizar sus objetivos con eficacia y sin alguna necesidad o conflicto que pueda interponer sus metas en comparación con otras que no lo están, la idea es comparar estos acontecimientos en el campo educativo, donde solo aquellos alumnos que están motivados intrínsecamente muestran un alto perfil psicológico y que gracias a esto su participación en la clase es mejor con respecto a aquellos alumnos que están desmotivados, el desarrollo personal depende mucho de la organización en la que se desenvuelve, el enfoque personal no depende de la exclusividad externa si no de una motivación interna ya que su participación está enfocada en aplicar su trabajo a partir de las necesidades de autonomía, competencia y relaciones sociales autodeterminadas intrínsecamente (Deci & Ryan, 2004)

En general, dichas conductas restringen la autodeterminación por la implicación y la necesidad de realizar actividades con autonomía y decisión propia, en caso contrario, se habla de una restricción externa generadora de situaciones no autodeterminadas en los alumnos, lo limita a que los resultados sean positivos, para que esto pase según sea el caso se requieren tres causalidades (Petri et al., 2010); el lugar de causalidad percibido; el individuo como fuente causal de sus acciones se mueve en dos polos, por ejemplo en el caso de una jugadora de voleibol, practicar este deporte por placer y esta acción proviene de un sitio de causalidad interna, por el contrario si lo hace por prescripción médica esta acción se origina desde un sitio externo y su motivación cambia,

Siguiendo la idea si lo hace por elección percibida; se habla de una capacidad de elección donde se abre una multitud de opciones y la persona elige de

qué forma realizar la acción y en un tercer momento está la voluntad; el alumno tiene total libertad para realizar cualquier actividad física, en estos ejemplos se perciben dos grupos clasificados por Petri et al., (2010) originales y peones, los primeros tienen un control de sus actos y los segundos son dependientes del exterior, debido a esto la autodeterminación se va regulando dependientemente por los contextos sociales, las relaciones y las consecuencias dentro de un ambiente de aprendizaje en la educación básica.

## **1.6 La educación física y las necesidades psicológicas básicas.**

### **1.6.1 Autonomía**

La práctica de la actividad física se presenta como un medio a través del cual, las personas o grupo de personas, pueden alcanzar el estado de salud deseado. En la actualidad, la creciente urbanización y el avance tecnológico han permitido que los seres humanos se vuelvan más pasivos, dejan de lado la práctica orientada a la actividad física, de modo que al tratar de activarse en el aspecto físico no encuentran la forma de poder hacerlo debido a los estilos de vida que están acostumbrados.

También cabe mencionar que la práctica de la actividad física está determinada por la cultura de la persona, en la cercanía que esta tiene con un medio ambiente que la estimule para la realización de este hábito, de tal manera que, la persona como ser social-cultural desde su nacimiento, es receptora de conocimientos, creencia y costumbres del medio social en el que se desenvuelven, a través del cual toma contacto, acomodándose a las normas de la sociedad (Mcpherson et al., 1989). Esto ayuda a entender cómo va a ser el desarrollo de la persona.

Al hacer uso de los conceptos de adolescencia, autonomía y actividad física, la etapa de la adolescencia es presentada como el tiempo clave para que comiencen a activarse físicamente con hábitos y prácticas que mejoren su estilo de vida saludable, esto determina que el individuo que realiza actividad física deja de ser sedentario, que en etapas posteriores de su vida manejará mayor autonomía, que ira

construyendo de manera progresiva un carácter esencial para enfrentar la vida desde etapas tempranas y se verá beneficiado, al obtener conocimientos que lo ayuden a enfrentar problemas, así como una mayor independencia en la libertad de su movimiento corporal.

El contexto de apoyo a la autonomía en la educación física es uno de los factores sociales que ha ido despertando el interés de los estudiantes de aprender por aprender, a través de juegos y deportes, que son la antesala para desarrollarse por medio del movimiento físico. Se habla pues, de que este tipo de contexto permite elegir libremente oponerse al control de alguna autoridad, minimizar la presión en la actuación y anima a la iniciación (Deci y Ryan, 1991).

Autores como Standage et al. (2006), revelaron a través de un modelo de ecuaciones estructurales que el apoyo a la autonomía percibido en el profesor predecía positivamente la satisfacción de las necesidades de competencia, autonomía y relación con los demás, la cual a su vez predecía positivamente la motivación autodeterminada. Además, la motivación autodeterminada predecía positivamente el esfuerzo y la persistencia del alumnado en clase.

### **1.6.2 Competencia**

Desde la literatura sobre las actividades competitivas algunos autores (Aggerholm et al., 2018), han definido el concepto de competencia en educación física como (Drewe, 2000); la enseñanza del deporte que se debe tomar en serio dentro de las clases y actividades competitivas a través de la educación física y se cumpla el papel principal de esta, como una asignatura educativa, siendo específicos este autor argumenta que la competencia debe desempeñar una cuestión más allá de ganar o perder, ya que no se tiene en cuenta el significado original de <com-petición> qué tiene que ver más por el esfuerzo entre pares “esforzarse juntos” para lograr objetivos, que trabajar individualmente, si este contexto se da en la enseñanza del deporte es buena interiormente y no rebasaría la línea de rivalidad con la que comúnmente los docentes y alumnos trabajan y desarrollan, estos conocimientos prácticos sobre el deporte deben ser transmitidos

por docentes licenciados en educación física que actúan como entrenadores indispensables dentro de un tipo de estrategias utilizado en clase llamado deporte educativo.

En un nivel psicológico el ser humano es motivado por sus sentimientos, cuando se habla de competencia con relación a un grupo de personas se hace presente la efectividad con la que participa y esto genera un impacto relacionado con óptimos resultados en todos los contextos haciéndolo hábil en el ambiente en el que se desenvuelve. Por otro lado, y que se debe hacer mención, hay estudios que sugieren que la educación física tiene un matiz dominado por actividades y práctica de valores enfocado en los deportes, y este sentido de competir da por consecuencia, la no satisfacción por parte de algunos estudiantes (Nyberg et al., 2012).

La perspectiva por parte de los alumnos de manera generalizada se da un contexto escandinavo, describen la práctica del deporte como una experiencia negativa y que por consecuencia los estudiantes no participan en los juegos por una elección propia o que de alguna manera se niegan a involucrarse en la competición; Flintoff (2008) hace mención de un programa de sesión deportiva escolar en Inglaterra donde muestran números negativos relacionados a la competición y que estas actividades deportivas representan los programas educativos en las clases de educación física utilizándolas solamente para fomentar la exclusión y la desigualdad en las mujeres.

Todo indica que según la participación que se da en un contexto escolar educativo, depende de la destreza y la actitud de los estudiantes en relación con la competencia en actividades afines, al hablar del uso generalizado de los juegos en equipos se tiende a beneficiar este tipo de contextos y se logra una participación competitiva, pero este constructo sirve “únicamente” para excluir en lugar de incluir al estudiantado (Evans, 2009). Se puede hablar de la competencia como una fuente de significado auténtico intrínsecamente activo ya que la participación en los deportes señala que a través de la educación física en términos de cualidades morales puede lograrse ese desarrollo en conceptos como lo es “el desarrollo del carácter, el valor físico y la lealtad” (Stolz, 2014).

Es pues de gran importancia considerar la competencia deportiva en las clases de educación física y en cualquier nivel educativo, ya que promueve valores en relación con las habilidades y destrezas motrices en conjunto con las necesidades psicológicas básicas que los alumnos adquieren a lo largo de ciclos de entrenamiento por parte de la iniciación a los deportes en educación básica.

### **1.6.3 Relaciones sociales.**

Representa la experiencia de las relaciones sociales saludables, las personas conocen e identifican la diferencia de relacionarse con otros, pero cuando se les incluye y se les toma en cuenta hay un vínculo especial de cuidado y de cariño que ciertamente se da mutuamente, esto representa el respaldo y la satisfacción de esta necesidad es esencial para dejar en claro que el desarrollo de la autodeterminación de la persona sólo puede darse en un clima motivacional y con un activo bienestar psicológico (Deci & Ryan, 2000).

Los docentes representan esa imagen de autoridad en un papel educativo, más concretamente cuando son conscientes de la frustración o satisfacción que dan en el rol que desempeñan, hay pues una necesidad de ambiente social que juega un importante papel en las relaciones sociales, cuando estas son controladas con un estilo perturbador, el clima se torna coercitivo ejerciendo de alguna forma una presión autoritaria, es por esta razón que la necesidad de relacionarse se ve frenada y mientras que hay apoyo en la participación de los alumnos se habla de una autonomía que ofrece libertad e implica un proceso de toma de decisiones conscientes que dan resultados positivos y se cumple el papel motivacional que los docentes deben ofrecer en sus respectivos puntos de apoyo en la formación de los estudiantes (Duda, 2005).

Los alumnos consideran que para tener éxito se debe conseguir en un contexto responsable que va acorde a un tipo de valores establecidos por la sociedad, es por lo que al tener beneficios individuales se analiza la posibilidad de tener logros satisfactorios y éxito académicos que van enfocados hacia una meta social preestablecida, esto incrementa la posibilidad, pero sobre todo la



preocupación social entre los alumnos ya que cobra importancia la relación que tiene con sus iguales. Al establecerse metas definidas es necesario afirmar que existan resultados deseados y que el dominio social que los estudiantes manejan debe marcar un “estatus social alto” y que estos dan más importancia al aprendizaje y a la mejora personal durante las clases de educación física, pero sobre todo el esfuerzo individual en cara a obtener un mejor nivel de vida que es lo que buscan los futuros profesionistas, (Murcia, 2014).

En un contexto enfocado a la educación es importante señalar que al desarrollar metas sociales con objetivos concretos y sobre todo enfocados hacia el aprendizaje para obtener así, un aprendizaje significativo con esfuerzo y persistencia que dan por hecho en el trabajo diario con estudiantes en cualquier nivel, en este sentido se debe hacer mención el trabajo que cada uno de los maestros en educación física deben realizar, al orientar su jerarquía operacional al desarrollo en competencia, autonomía y relaciones sociales en sus alumnos.

## **1.7 Antecedentes**

A continuación se describen los antecedentes de otros autores que han estudiado las variables de autonomía, competencia y relaciones sociales, En primer término se puede señalar el trabajo de (Moreno-Murcia et al. 2010) quienes realizan un estudio con el objetivo de comprobar desde una perspectiva experimental la bondad del modelo jerárquico de motivación de Vallerand para explicar las consecuencias motivacionales de diferentes entornos de aprendizaje en las clases de educación física a través de la modificación de la autonomía en el aprendizaje de tareas motoras. La muestra estuvo compuesta por 68 estudiantes con edades comprendidas entre 14 y 16 años. Se asignaron dos clases a un grupo control (n = 33) y otras dos a un grupo de intervención (n = 35). El programa constaba de una unidad didáctica de seis sesiones con pre-test y post-test. Se encontraron incrementos significativos para el grupo que tuvo autonomía para elegir las

actividades respecto a la motivación autodeterminada situacional y contextual. La posibilidad de elegir las tareas aumentó la percepción de autonomía y la motivación autodeterminada en las clases de educación física.

En otro estudio se analiza el compromiso de los estudiantes durante la instrucción depende, en parte, de la calidad del soporte de autonomía del estilo motivador del docente, en el que proceso de relación interpersonal entre el docente y el discente puede resultar determinante. Cuando los docentes dan soporte de autonomía en lugar de controlar el comportamiento de los discentes generan más oportunidades de aprendizaje en el desarrollo de recursos internos que el estudiante puede interiorizar e incluir en su repertorio para la toma de decisiones de forma autónoma. Esta implicación crea las condiciones, durante las actividades de aprendizaje, en las que los estudiantes pueden experimentar el compromiso (el fomento de lo que quieren hacer y lo que realmente hacen en clase). Las implicaciones positivas de apoyo a la autonomía, y las consecuencias negativas del control del docente, son muchas y de gran alcance. Preocupados por ello, en este artículo reflexionamos sobre las teorías en las que se ampara el modelo de soporte de autonomía, para terminar, presentando un ejemplo de estrategias para su consecución (Moreno-Murcia et al., 2012).

Este autor con la ayuda de otros colaboradores (Moreno-Murcia et al., 2016) realizan investigaciones con el objetivo de analizar los efectos conductuales, afectivos y cognitivos que tiene una intervención basada en el apoyo a la autonomía en las clases de educación física. La muestra estuvo compuesta por 145 estudiantes con edades comprendidas entre los 10 y los 12 años ( $M = 10,37$ ;  $DE = .68$ ). El grupo experimental ( $n = 91$ ) estuvo formado por cuatro grupos (dos de quinto grado y dos de sexto) y el grupo control ( $n = 54$ ) correspondientes a un quinto año y un sexto de educación primaria. Se midió el apoyo a la autonomía, las necesidades psicológicas básicas, la motivación intrínseca, la importancia atribuida a la educación física y el índice de actividad física regular. Antes de que comenzara el estudio, el instructor involucrado participó en un taller sobre apoyo a la autonomía. Durante el mismo se le impartieron los conceptos que propugna el SDT en motivación y entrenamiento conductual para facilitar mayores niveles de apoyo a la

autonomía, además de rebajar las declaraciones de estilo del conductor en sus clases. Después de la intervención (21 clases de educación física programada en cuatro meses), los resultados mostraron que el grupo experimental experimentó aumentos significativos en autonomía, motivación intrínseca, importancia de la educación física, intención de hacer deporte y actividad física regular. El apoyo a la autonomía en los estudiantes tuvo consecuencias cognitivas, afectivas y conductuales positivas.

Otros autores (González et al., 2015) muestran como desde la educación física el docente puede ejercer su labor desde un extremo controlador hasta otro basado en el soporte de autonomía (Moreno-Murcia et al., 2012). En este sentido, el presente estudio pretende evaluar la influencia del soporte de autonomía en Educación Física durante una unidad didáctica de orientación deportiva, sobre la autonomía percibida por los alumnos, la diversión y el aburrimiento. Participaron 113 alumnos de 3º de Educación Secundaria Obligatoria de un centro público (M edad = 14.83, DT = 0.72). Las variables estudiadas e instrumentos utilizados fueron el soporte de autonomía a través del cuestionario ASCQ (Conde et al., 2010) adaptado a la Educación Física, la autonomía percibida a través del factor autonomía de la escala BPNES (Moreno et al., 2008), y la diversión y el aburrimiento experimentados a través de la escala CDPD (Cecchini et al., 2004). Los resultados señalan que en este contenido existe una relación directa del “interés en la opinión del alumnado” sobre la diversión y el aburrimiento. Asimismo, la “valoración del comportamiento autónomo” incide sobre la autonomía percibida, y ésta sobre la diversión y el aburrimiento de manera positiva y negativa respectivamente. De este trabajo se desprende la importancia del soporte de autonomía generado por el docente y la necesidad de implementar estrategias específicas para cada contenido curricular.

Autores como (Baena et al., 2016), han investigado la satisfacción y la diversión hacia la educación física partiendo del clima de aprendizaje y teniendo en cuenta el apoyo a la autonomía del profesorado y la propia percepción de autonomía del alumnado. Se utilizó una muestra de 758 alumnos de secundaria con edades entre 13 y 18 años. Se aplicó a los participantes de la investigación, la

versión española adaptada a la educación física, de los siguientes instrumentos: Learning and Performance Orientations in Physical Education Classes Questionnaire, Learning Climate Questionnaire, Sport Satisfaction Instrument y el factor autonomía del Basic Psychological Needs in Exercise Scale. Los resultados señalaron que el clima motivacional implicado en el aprendizaje predecía positivamente el apoyo a la autonomía por parte del profesor y esta predecía la propia percepción de autonomía del alumno. Asimismo, la percepción de autonomía predijo positivamente la satisfacción/diversión y negativamente el aburrimiento en las clases. Como conclusión, los docentes deben favorecer un clima de aprendizaje que apoye la autonomía y favorezca la percepción de esta en el alumno para conseguir que se diviertan en las clases de Educación Física.

Autores como (Pacheco et al., 2020) el objetivo de su investigación fue determinar cuál es la contribución de los enfoques curriculares en la autonomía para la realización de actividad física en los estudiantes de Educación Física. Desde el punto de vista fenomenológico, se trató los significados de los enfoques y su implementación en las clases de Educación Física. Se utilizó el método descriptivo, la población fue 28 docentes de Educación Física de 10 instituciones educativas de la ciudad de Quito con una muestra censal.

### **Conclusión de antecedentes**

Como se ha visto, hay diversas investigaciones que ayudan a sustentar un nuevo trabajo de investigación sobre el impacto de las necesidades psicológicas básicas en relación con las clases de educación física en tiempos de pandemia han sido de gran ayuda para hacer frente a esta situación, pero se pretende dar un nuevo giro que ayude en un perfil psicológico a través de la actividad física.

## Capítulo 2. Diseño metodológico

### 2.1 Diseño

El presente estudio es de tipo transversal no experimental, ya que se hace en un mismo periodo de tiempo (Ato et al., 2013). Se desarrollan análisis comparativos y de correlación sobre las necesidades psicológicas básicas (autonomía, competencia y relaciones sociales) hacia la clase de educación física.

### 2.2 Población y muestra

La población objeto de estudio son estudiantes de educación secundaria y preparatoria, de manera específica participó una muestra de 2003 alumnos de los estados de Zacatecas y Nuevo León; con un rango de edad de 12 a 19 años y una media de  $14.86 \pm 1.68$ , de los cuales 1076 (53.7%) son mujeres y 927 (46.3%) hombres. En la siguiente tabla (1) se muestra la distribución de los estudiantes por edad.

**Tabla 1**

Frecuencias y porcentajes de los estudiantes por edad

Edad	Frecuencia	Porcentaje
12	173	8.6
13	358	17.9
14	300	15.0
15	404	20.2
16	357	17.8
17	334	16.7
18	67	3.3
19	10	.5
Total	2003	100.0

### 2.3 Criterios de inclusión

Ser estudiante de educación secundaria y preparatoria.

Aceptar participar en la encuesta.

Tener la clase directa de educación física.

### 2.4 Criterios de exclusión

Estudiantes que respondan parcialmente el instrumento.

Que no desean participar en el estudio.

### Definición operacional de las variables

En la siguiente tabla (2) se describen las variables utilizadas en la investigación.

**Tabla 2** Definición operacional de las variables

<b>Variable</b>	<b>Definición conceptual</b>	<b>Definición operacional</b>	<b>Unidad de medida</b>
Necesidades psicológicas básicas	La mini-teoría de las necesidades básicas (Deci y Ryan, 2002), sugiere que las personas cuando interaccionan con su entorno necesitan sentirse autónomos (sentir que uno es el iniciador de las propias acciones), competentes (sentirse capaces de interaccionar de forma eficaz con el entorno) y relacionados con los demás (sentirse conectado y respetado por los demás, es decir, un sentimiento de pertenencia a un grupo).	Cuestionario  Escala de Satisfacción de las Necesidades Psicológicas Básicas en la Educación Física (ESNPB-EF) de Standage et al. (2005)  Preguntas sobre la participación en las clases de educación física.	Su aplicación es autoadministrada y el valor de las respuestas es siete puntos que oscila desde de 1 (Muy en desacuerdo) hasta 7 (Muy de acuerdo); a manera de ejemplo

Autonomía	La autonomía es definida con aspectos volitivos y de organización de comportamientos en actividades concordantes con el sentido integrado del sí mismo (Deci & Ryan 1985).	5 preguntas	“En clases de Educación Física, creo que soy bastante bueno/a”.
Competencia	Tiende a ser definida por los sentimientos de efectividad que se generan cuando la persona asume desafíos óptimos, siendo hábil para generar cierto impacto sobre el ambiente	5 preguntas	
Relaciones sociales	Se define como la vinculación representa la experiencia de relaciones sociales saludables, los sujetos precisan experimentar que están involucrados en interacciones (Faye & Sharpe, 2008).	5 preguntas	

---

## 2.5 Instrumento

Para valorar las necesidades psicológicas básicas en la educación física por los alumnos de secundaria y preparatoria se utilizó la traducción y adaptación al contexto mexicano de la Escala de Satisfacción de las Necesidades Psicológicas Básicas en la Educación Física (ESNPB-EF) de Standage et al. (2005). El instrumento consta de tres factores y siete ítems asociados; Necesidad Autonomía: 2, 1, 6, 5 y 4 Necesidad Competencia: 7, 10, 8, 9, 11 Necesidad Relaciones: 13, 14, 15, 12, 16; los estudiantes respondieron en una escala tipo Likert de siete puntos que oscila desde de 1 (Muy en desacuerdo) hasta 7 (Muy de acuerdo); a manera de ejemplo “En clases de Educación Física, creo que soy bastante bueno/a”. Este instrumento cuenta con adecuada fiabilidad “Alfa de Cronbach .85” y validez “KMO .86” “Chi<sup>2</sup>= 673.52, gl=104, p<.01 (Carmines y McIver,

1981); así como adecuados índices de bondad y ajuste CFI=.911 (Cheung y Rensvold, 2002), FI=.899 (Widaman, 1995), RMSA=.086, (Chen, 2007).

## **2.6 Procedimiento**

Una vez conocida la población objeto de estudio y el cuestionario para utilizar, se procedió a entrar en comunicación con directivos escolares a nivel secundaria y preparatoria, así como docentes para dar a conocer la finalidad del estudio, y proponerles la invitación para ayudar a difundir la encuesta con sus alumnos. Al tener su consentimiento, se informó de igual manera a los padres de familia acerca de la participación de sus hijos mencionando que será de manera anónima, de esta manera poder trasmitirlo a la comunidad educativa en el mismo nivel y diferentes planteles educativos. El cuestionario se capturó en Google Forms y fue compartido a través de whatsapp entre el docente de educación física y los alumnos y padres de familia.

## **2.7 Análisis de datos**

Una vez capturados los datos, estos fueron analizados mediante el programa estadístico SPSS v24, primero se llevó a cabo la depuración y calidad de los mismos, segundo, se obtuvieron resultados estadísticos descriptivos de frecuencias y porcentajes de los datos sociodemográficos, en seguida se analizaron los ítems que contempla el instrumento mediante: media, desviación típica, asimetría y curtosis, posteriormente se realizó el análisis factorial exploratorio (AFE) obteniendo el coeficiente Káiser-Meyer-Olkin (KMO), prueba de esfericidad Bartlett, método de extracción de análisis de componentes principales y método de rotación Varimax; se determinó la fiabilidad por cada factor, la cual fue calculada mediante el índice alfa de Cronbach (Cronbach, 1951), además se llevaron a cabo las comparaciones mediante la t de student según género y escuela de formación profesional, y finalmente la correlaciones entre factores por medio del coeficiente de Pearson.



### Capítulo 3. Resultados

A continuación, se describen los resultados del estudio. En primer lugar, se registran los datos descriptivos de las variables sociodemográficas, en seguida se muestran las propiedades psicométricas del instrumento utilizado, posteriormente la comparación de los factores de motivación en función del sexo, nivel de estudios y entidad federativa; finalmente se realiza un análisis de correlación de las variables del estudio.

#### 3.1 Variables sociodemográficas

Se tiene una mayor participación de los hombres (53.7%) respecto a las mujeres (46.3%) de secundaria y preparatoria.

**Tabla 3**

*Frecuencias y porcentajes de participación por sexo.*

<b>Sexo</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Mujeres	1076	53.7
Hombres	927	46.3
Total	2003	100

**Tabla 4**

*Frecuencia y porcentaje por edad.*

<b>Edad</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
12.00	173	8.6
13.00	358	17.9
14.00	300	15.0
15.00	404	20.2
16.00	357	17.8
17.00	334	16.7
18.00	67	3.3
19.00	10	.5
Total	2003	100.0

La tabla 4 nos muestra que los alumnos con 15 años son los que más contestaron la encuesta con el 20.2%, la segunda edad es la de 17.9% y de 16 años con el 17.8%.

**Tabla 5**

*Frecuencia y porcentaje de participación por nivel educativo.*

<b>Nivel educativo</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Secundaria	912	45.5
Preparatoria	1091	54.5
Total	2003	100.0

La tabla 5 nos muestra que los alumnos de preparatoria son los que tuvieron una mayor participación con el 54.5% y los de secundaria con 45.5%.

**Tabla 6**

*Frecuencia y porcentaje de participación por entidad.*

<b>Entidad</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Nuevo León	633	31.6
Zacatecas	1324	66.1
Otro	46	2.3
Total	2003	100.0

La entidad donde más participaron al responder la encuesta es en Zacatecas 66.1%, en Nuevo León 31.6% y en otros estados con el 2.3%.

**Tabla 7**

*Frecuencia y porcentaje de la consideración de salud por parte de los participantes.*

<b>Salud</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Malo	60	3.0
Regular	499	24.9
Bueno	935	46.7
Excelente	509	25.4
total	2003	100.0

La mayor parte de los alumnos consideran su estado de salud bueno un 46.7% mientras que un 3.0 % lo considera malo.

**Tabla 8**

*Frecuencia y porcentaje de la consideración del estado de ánimo por parte de los participantes.*

<b>Estado de animo</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Malo	310	15.5
Regular	891	44.5
Bueno	643	32.1
Excelente	159	7.9
Total	2003	100.0

La mayoría de los alumnos consideran su estado de ánimo de manera regular (44.5%), y la menor parte de los alumnos lo consideran de manera excelente (7.9%).

**Tabla 9**

*Frecuencia y porcentaje de la complejión considerada por parte de los participantes.*

<b>Estado de complejión</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Porcentaje válido</b>	<b>Porcentaje acumulado</b>
Muy delgado	60	3.0	3.0	3.0
Delgado	507	25.3	25.3	28.3
Normal	1210	60.4	60.4	88.7
Obeso	226	11.3	11.3	100.0
Total	2003	100.0	100.0	

Los alumnos consideran su complejión de manera normal 60.4% en su mayoría, le sigue los que consideran de manera delgado 25.3%, continua con obeso el 11.3% y muy delgado en su minoría con el 3.0%.

### **3.2 Propiedades psicométricas del cuestionario**

Es importante señalar que el Análisis Factorial Exploratorio se realizó con la mitad de la muestra dividida de manera aleatoria. En la siguiente tabla (10) se muestran los datos descriptivos de los ítems, así como la asimetría y curtosis. La mayoría de ellos cumple con una normalidad excepto el ítem 4 y 11 que tienen un valor superior a menos 1.

**Tabla 10**

Datos descriptivos, asimetría y curtosis de los ítems

<b>Ítems</b>	<b>n</b>	<b>Media</b>	<b>DE</b>	<b>Asimetría</b>	<b>Curtosis</b>
<b>1</b>	997	4.09	1.84	-.123	-.915
<b>2</b>	997	4.82	1.78	-.460	-.698
<b>3</b>	997	5.18	1.82	-.792	-.395
<b>4</b>	997	4.26	1.99	-.153	-1.17
<b>5</b>	997	5.27	1.61	-.779	-1.17

6	997	4.71	1.69	-.403	-.604
7	997	4.89	1.71	-.524	-.560
8	997	5.33	1.68	-.861	-.089
9	997	5.23	1.60	-.735	-.211
10	997	4.88	1.73	-.488	-.694
11	997	3.47	1.95	.349	-1.088
12	997	4.85	1.73	-.519	-.568
13	997	4.74	1.76	-.439	-.709
14	997	4.73	1.75	-.412	-.707
15	997	4.82	1.80	-.503	-.717
16	997	4.99	1.79	-.634	-.528

La prueba KMO y de esfericidad de Bartlett obtuvieron un valor adecuado y ese fue significativo.

**Tabla 11**

Prueba de KMO y Esfericidad de Bartlett

Medida Kaiser-Meyer-Olkin de adecuación de muestreo		.935
Prueba de esfericidad de	Aprox. Chi-cuadrado	20897.513
Bartlett	gl	91
	Sig.	.000

El llevar a cabo el análisis factorial exploratorio, se consideró tres factores sobre las necesidades psicológicas básicas, el primero de ellos llamado relaciones sociales con 5 ítems, el segundo, competencia con 4 ítems y finalmente autonomía con 5 ítems, se puede apreciar un porcentaje de la varianza acumulada de 72.52

**Tabla 12**

*Cargas factoriales basadas en la matriz de patrones y las comunidades de los 14 elementos retenidos después del análisis factorial exploratorio.*

ítems	Relaciones	Competencia	Autonomía	Comunalidades
N14	.868			.663
N13	.855			.714
N15	.854			.553
N12	.821			.580
N16	.798			.701
N7		.860		.822
N10		.835		.732
N8		.785		.758
N9		.777		.784
N1			.805	.663
N2			.789	.714
N6			.785	.701
N5			.593	.580
N3			.529	.553
Valores eigen	7.699	1.752	1.427	
% de varianza	51.329	11.677	9.515	72.520

Método de extracción: análisis de componentes principales. Método de rotación: Oblimin con normalización Kaiser.

El análisis de fiabilidad del cuestionario muestra un alfa satisfactoria de .929, así como de los factores y el de relaciones sociales .945, autonomía .907 y competencia .836.

**Tabla 13***Análisis de fiabilidad del cuestionario y sus factores*

<b>Variable</b>	<b>Alfa de Cronbach</b>	<b>Ítems</b>
Cuestionario completo	.929	16
Relaciones sociales	.945	5
Autonomía	.907	4
Competencia	.836	5

**3.3 Comparación de los factores**

Al comparar los factores relacionados con las necesidades psicológicas básicas por sexo muestra que los hombres obtienen un valor superior al de las mujeres ( $P < .05$ ).

**Tabla 14***Comparación de los factores de las necesidades psicológicas básicas por sexo*

<b>Factores</b>	<b>Sexo</b>	<b>N</b>	<b>M</b>	<b>DE</b>	<b>P valor</b>
Relaciones	Mujeres	1076	4.68	1.67	.004
	Hombres	927	4.89	1.51	
Autonomía	Mujeres	1076	4.81	1.60	.000
	Hombres	927	5.25	1.39	
Competencia	Mujeres	1076	4.69	1.43	.031
	Hombres	927	4.82	1.30	

Se encontraron diferencias significativas al comparar los factores relacionados con nivel educativo, donde los estudiantes de secundaria obtienen un valor más alto con respecto a los de preparatoria ( $P < .05$ ).

**Tabla 15**

Comparación de los factores de las necesidades psicológicas básicas por nivel escolar

<b>Factores</b>	<b>Nivel Educativo</b>	<b>N</b>	<b>M</b>	<b>DE</b>	<b>P. valor</b>
Relaciones	Secundaria	912	4.8	1.6	.016
	Preparatoria	1091	4.7	1.5	
Autonomía	Secundaria	912	5.2	1.4	.000
	Preparatoria	1091	4.8	1.5	
Competencia	Secundaria	912	4.8	1.3	.000
	Preparatoria	1091	4.6	1.4	

### 3.4 Correlación de los factores

Los factores que integran las necesidades psicológicas básicas se asocian de manera positiva y significativa entre sí; así mismo se integró el estado de salud y el estado de ánimo y estas variables se relacionan de forma positiva ( $P < .01$ ).

**Tabla 16**

Correlación entre los factores de las necesidades psicológicas básicas; relaciones, autonomía, competencia, salud y ánimo.

Factores	Relaciones	Autonomía	Competencia	Salud	Animo
Relaciones					
Autonomía	.601**				
Competencia	.556**	.559**			
Salud	.126**	.197**	.104**		
Animo	.227**	.230**	.162**	.387**	

\*\* ( $P < .01$ ).



## Capítulo 4 Discusión

El objetivo de este trabajo fue analizar las propiedades psicométricas de la escala de satisfacción de las necesidades psicológicas básicas en estudiantes de nivel secundaria y preparatoria en un nuevo contexto y con otra muestra. Para ello se puso a prueba un modelo basado en las relaciones de las subteorías de la autodeterminación. Respecto al modelo utilizado (cuestionarios), los resultados fueron consistentes con los obtenidos en el estudio de (Zamarripa et al., 2017), los 16 ítems estudiados han reflejados mejoras ya que la fiabilidad de la escala completa estuvo por encima del valor alfa recomendado de .70 (Nunnally et al., 1995). Las correlaciones entre factores fueron significativas lo que indica que la participación fue considerable.

Preestablecido por autores como (Zamarripa et al., 2017), la escala (SNPB) en las clases de educación física es una herramienta que puede ser utilizada para medir la satisfacción de la autonomía, la competencia y las relaciones sociales de los estudiantes posteriormente realizar comparaciones con muestras entre grupos de adolescentes, así como también lograr examinar sus propiedades psicométricas e invarianza factorial a través del género en estudiantes de secundaria y preparatoria, para tal fin se realizó un estudio cuyos resultados muestra una escala compuesta por tres factores antes mencionados, lo que permite concluir que las ESNPB-EF es un instrumento fiable y válido que puede ser utilizado para futuros estudios con el propósito de incrementar los conocimientos y la producción científica de esta área en México.

Inicialmente se llevó a cabo la aplicación del cuestionario a un número considerable de estudiantes de secundaria y preparatoria, en este proceso se presentaron 16 ítems con 3 factores diferentes; autonomía, competencia y relaciones sociales los cuales obtuvieron una puntuación adecuada respecto al factor correspondiente por lo que no fue necesario eliminar ninguna pregunta previamente. Los resultados del presente estudio, muestra que existe una asociación positiva y significativa entre las variables de relaciones, autonomía, competencia y relaciones sociales estos datos coinciden con lo expuesto por Sánchez (2013) en una muestra de estudiantes de secundaria de España donde la

percepción en los índices mostrados es significativa y también se ha observado que los tres componentes tienen niveles más altos con respecto a este estudio. En estos estudios se han obtenido un excelente ajuste de datos en las estructuras factoriales. Con la teoría utilizada debido a que presentan una buena justificación con respecto a la TAD, se definen y optimizan estas tres variables destacando su desarrollo por igual, llegando a la conclusión de que es importante fomentar la participación de estas en las clases de educación física Deci & Ryan, 2000.

Para poder comparar la relación entre los factores de este cuestionario se prevé puntualizar el alto coeficiente de correlación encontrado entre las variables utilizadas, como se ha podido comprobar en otros estudios realizados en este mismo contexto educativo (Evelein et al., 2008) donde se ha encontrado puntuaciones altas en relación las variables autonomía y competencia, y que en este estudio, el número que da como resultado es positivo, de manera que cuando se utilicen este tipo de cuestionarios en futuras investigaciones, se aconseja tomar a consideración y de manera específica estas dos variables, en dado caso que las relaciones que se encuentren con altos coeficientes de correlación, se valore la posibilidad de separar los factores para obtener un mejor análisis.

Al considerar la hipótesis planteada, evaluando las necesidades psicológicas básicas en las clases de educación física durante el confinamiento por Covid-19 se destaca la participación de los factores de manera individual, los resultados indican que se han establecido una buena relación entre pares, así como también se ofrece una percepción positiva en la variable de autonomía, en la influencia del factor competencia, el resultado es mayor a ( $P < .01$ ).

## **Conclusiones**

- El enfoque que centra a la teoría de la autodeterminación (Deci & Ryan 2004), constituyen una idea creciente en el desarrollo de patrones que motiven en la práctica de la actividad física.
- Es necesario considerar las necesidades básicas de los alumnos con respecto a las variables utilizadas.
- En este estudio se lograron percibir diferencias significativas entre las variables utilizadas (autonomía, competencia y relaciones sociales) que ayuden a fortalecer futuras investigaciones.
- La relación de la motivación con las necesidades psicológicas básicas es primordial para tener una buena base y que haya mejores resultados en el desarrollo de los alumnos.

## Referencias

- Abreu, J. L. (2020). Tiempos de Coronavirus: La Educación en Línea como Respuesta a la Crisis. *Revista Daena (International Journal of Good Conscience)*, 15(1).
- Adhikari, S. P., Meng, S., Wu, Y. J., Mao, Y. P., Te, R. X., Wang, Q. Z., . . . Zhou, H. (2020). Epidemiology, causes, clinical manifestation and diagnosis, prevention and control of coronavirus disease (COVID19) during the early outbreak period: A scoping review. *Infectious Diseases of Poverty*, 9(1), 112. doi:<https://doi.org/10.1186/s4024902000646x>
- Aggerholm, K., Standal, Ø. F. y Hordvik, MM (2018). Competencia en educación física: ¿Evitar, pedir, adaptar o aceptar? *Búsqueda*, 70 (3), 385-400.
- Ato, M., López, J., Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29 (3), 1038-1059. Cronbach L. J. (951). Coefficient alpha and internal structure of test. *Psychometrika*.16, 297-333.
- Baena Morales, S., López Morales, J., & García-Taibo, O. (2021). La intervención docente en educación física durante el periodo de cuarentena por COVID-19 *Teaching intervention in physical education during quarantine for COVID-19. Retos*, 39, 388-395
- Baena-Extremera, A., Gómez-López, M., Granero-Gallegos, A., & Martínez-Molina, M. (2016). Modelo de predicción de la satisfacción y diversión en Educación Física a partir de la autonomía y el clima motivacional. *Universitas Psychologica*, 15(2), 39-49.
- Baghurst, T. (2014). Valoración del esfuerzo y participación en educación física. *Educador Físico*, 71 (3), 505.
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N. y Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395(10227), 912-920. doi:10.1016/S0140-6736(20)30460-8.
- Bryan, C. L., & Solmon, M. A. (2007). Self-determination in physical education: Designing class environments to promote active lifestyles. *Journal of Teaching in Physical Education*, 26, 260-278.
- Carmines, E. G. y McIver, J. P. (1981). Analyzing models with unobserved variables:

- Analysis of covariance structures. En G. W. Bornstedt y E. F. Borgatta (Eds.), *Social measurement: Current issues* (pp. 112-133). Beverly Hills, CA: Sage.
- Cerasoli, C. P., Nicklin, J. M., & Ford, M. T. (2014). Intrinsic motivation and extrinsic incentives jointly predict performance: A 40-year meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 140(4), 980-1008. doi:10.1037/a0035661
- Cerasoli, CP, Nicklin, JM y Ford, MT (2014). La motivación intrínseca y los incentivos extrínsecos predicen conjuntamente el rendimiento: un metanálisis de 40 años. *Boletín psicológico*, 140 (4), 980.
- Chen, F. F. (2007). Sensitivity of goodness of fit indexes to lack of measurement invariance. *Structural Equation Modeling*, 14, 464-504.
- Cheung, G. W. y Rensvold, R. B. (2002). Evaluating goodness-of-fit indexes for testing measurement invariance. *Structural Equation Modeling*, 9, 233-255.
- Cóndor-Herrera, O. (2020). Educar en tiempos de COVID-19. *CienciAmérica*, 9(2), 31-37.
- CPEUM, C. D. D. (2019). Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos. 314.
- Deci, E. L. & Flaste, R. (1996). *Why we do what we do: Understanding self motivation*. London: Penguin Books.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum Press.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (2004). *Handbook of self-determination research*. New York: University of Rochester Press.
- Deci, E. L., y Ryan, R. M. (2000). The «What» and «Why» of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268. doi:10.1207/S15327965PLI1104\_01
- Deci, E. y Ryan, R. (2002). *Handbook of self-determination research*. New York, NY: The University Rochester Press.
- Dixit, S. (2020). Can moderate intensity aerobic exercise be an effective and valuable therapy in preventing and controlling the pandemic of COVID-19? *Medical Hypotheses*, 143, 109854
- Domínguez Reyes MY, Viamonte Pérez Y. Ansiedad, depresión y vulnerabilidad al estrés ante el diagnóstico reciente de diabetes mellitus tipo 2.
- Duda, J. L., Cumming y Balaguer, I. (2005). Enhancing athletes' self-regulation, task

- involvement and self-determination via psychosocial skills training. En D. Hackfort, J. Duda, y R. Lidor (Eds.) *Handbook of Research in Applied Sport Psychology* (pp. 159-181). Morgantown, WV: FIT.
- Elliot, E. S. & Dweck, C. S. (1988). Goals: an approach to motivation and achievement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(1), 5-12. doi: 10.1037/0022-3514.54.1.5
- Evans, J. (2009). ¿Diferencia? Educación y “capacidad# en la educación física. En R. Bailey, & D. Kirk (Eds), *The routledge physical education reader* (pp. 169-180). Londres, Reino Unido: Routledge.
- Fairclough, S., Stratton, G. y Baldwin, G. (2002). The Contribution of Secondary School Physical Education to Lifetime Physical Activity. *European Physical Education Review*, 8(1), 69-84. doi: 10.1177/1356336X020081005
- Flintoff, A. (2008). Apuntando al Sr. promedio: participación, equidad de género y alianzas deportivas escolares. *Deporte, educación y sociedad*, 13 (4), 393-411-
- Gillet, N., & Vallerand, R. J. (2016). Les effets de la motivation sur la performance sportive au regard de la théorie de l'autodétermination: vers une approche intra-individuelle. *Psychologie Française*, 61(4), 257-271. doi:10.1016/j.psfr.2014.01.001
- Giménez, A. M., Río, J. F., & Estrada, J. A. C. (2013). Climas motivacionales, necesidades, motivación y resultados en Educación Física. *Aula abierta*, 41(1), 63-72.
- Gómez Calvo, J. L. (2020). ...Y de pronto el covid-19 nos hizo despertar. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, 429, 95-100
- González, L. G., Solana, A. A., Serrano, J. S., Tomás, F. J. A., & Clemente, J. A. J. (2015). Soporte de autonomía en Educación Física: evidencias para mejorar el proceso de enseñanza. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 10(29), 103-111.
- Grant, H. & Dweck, C. S. (2003). Clarifying achievement goals and their impact. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(3), 541-553. doi: 10.1037/0022-3514.85.3.541 Hortigüela-Alcalá, D., Pérez-Pueyo, Á.,
- Isidori, E. (2020). Sports Pedagogy at the Time of COVID-19. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 15(44), 145-146. Recuperado de <https://ccd.ucam.edu/index.php/revista/article/view/1480>

- Kinnafick, F. E., Thøgersen-Ntoumani, C., & Duda, J. L. (2014). Physical activity adoption to adherence, lapse and dropout: A Self-Determination Theory perspective. *Qualitative Health Research*, 24, 706-718. doi: 10.1177/1049732314528811
- Lavigne, G. L. & Vallerand, R. J. (2010) The dynamic processes of influence between contextual and situational motivation: A test of the hierarchical model in a science education setting. *Journal of Applied Social Psychology*, 40, 2343-2359.
- Lippi, G., Henry, B. M., & Sanchis-Gomar, F. (2020). Physical inactivity and cardiovascular disease at the time of coronavirus disease 2019 (COVID-19). *European Journal of Preventive Cardiology* 27(9), 906-908
- Liu, J. J., Bao, Y., Huang, X., Shi, J. y Lu, L. (2020). Mental health considerations for children quarantined because of COVID-19. *The Lancet Child & Adolescent Health*. Advance online publication.
- López, I. P., Rigueiro, B., Ponte, B., Rodríguez, S., Piñeiro, I., & Valle, A. (2013). Motivación, implicación en los deberes escolares y rendimientos académico. *Aula abierta*, 41(3), 13-22
- López, J. A. H., & Ochoa-Martínez, P. Y. (2020). Enseñanza virtual en educación física en primaria en México y la pandemia por COVID-19. *Revista Ciencias de la Actividad Física*, 21(2), 1-7.
- López-Aguado, M., Manso-Ayuso, J., & Fernández-Río, J. (2020). Familias y Docentes: Garantes del Aprendizaje durante el Confinamiento. *Revista Internacional de Educación para la Justicia Social*, 9(3), 353-37
- Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50(4), 370-396. doi: 10.1037/h0054346
- Raj, S. J., & Chettiar, C. (2012). Self-determination theory: How basic psychological needs affect well-being. *Biopsychosocial Issues in Positive Health*, 3, 17-21.
- Matos, L. (2009). Adaptación a dos cuestionarios de motivación: Autorregulación del Aprendizaje y Clima de Aprendizaje. *Persona: Revista de La Facultad de Psicología*, 12, 167-185.
- McPherson, B., Curtis, J., Loy, J. (1998). *The social significance of sport*. Canada: Champaign Human Kinetics Books.

- Moreno Murcia, J. A., Gómez, A., Cervelló Gimeno, E. (2010). Un estudio del efecto de la cesión de autonomía en la motivación sobre las clases de educación física. *European Journal of Human Movement*, 24, 15-27.
- Moreno Murcia, J. A., Sáenz López Buñuel, P., Conde García, C. (2012). Importancia del apoyo de autonomía en la figura del docente en educación física. *Tandem*, 40, 18-27.
- Moreno-Murcia, J. A., & Sánchez-Latorre, F. (2015). Efectos del soporte de autonomía en clases de educación física. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*. doi: 10.5232/ricyde, 12(43), 79-89.
- Murcia, J. A. M., Coll, D. G. C., & Camacho, Á. S. (2007). Metas sociales en las clases de educación física. *Análisis y modificación de conducta*, 33(149).
- Ntoumanis, N., y Standage, M. (2009). Motivation in physical education classes: A self-determination theory perspective. *Theory and Research in Education*, 7, 194-202. doi:10.1177/1477878509104324
- Nunnally, J. C. y Bernstein, I. J. (1995). *Teoría Psicométrica* (3ª ed). México, DF: McGraw-Hill Latinamericana.
- Nyberg, G. y Larsson, H. (2014). Explorando 'qué' aprender en educación física. *Pedagogía de la educación física y el deporte*, 19 (2), 123-135.
- Organización Mundial de la Salud. (2020). Directrices de la OMS sobre actividad física y hábitos sedentarios: de un vistazo. Organización Mundial de la Salud. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/337004>. Licencia: CC BY-NC-SA 3.0 IGO
- Organización Mundial de la Salud. (2020c). Determinantes sociales de la salud. Obtenido de Organización Mundial de la Salud: [http://www.who.int/social\\_determinants/es/](http://www.who.int/social_determinants/es/)
- Pacheco, R. J. P., Miranda, L. C. B., Ñacato, J. C. M., Zapata, M. C. A., & Hernández, F. R. H. (2020). Enfoques curriculares como contribución para la autonomía de la actividad física. *EmásF: revista digital de educación física*, (63), 132-145.
- Pan, I., Regueiro, B., Ponte, B., Rodríguez, S., Piñeiro, I. y Valle, A. (2013). Motivación, implicación en los deberes escolares y rendimiento académico. *Aula Abierta*, 41(3), 13-22.
- PETRI, H.; GOVERN, J. *Motivación: teoría, investigación y aplicaciones*. México: Thompson, 2006.



- Piedra, J. (2020). Redes sociales en tiempos del COVID-19: el caso de la actividad física. *Sociología del Deporte*, 1(1), 41-43. Recuperado de:  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7505057>
- Reeve, J. (2008). *Understanding motivation and emotion*. Fifth Edition. Toronto: Harcourt Brace College Publishers.
- Rogers, C. R. (1951/1967). *Psicoterapia centrada en el cliente*. Buenos Aires: Paidós.
- Romero, V. D., González, M. M., Patiño, M. J. P., & Alejandro, M. D. (2020). Actividad Física en casa en población sin riesgo de complicaciones graves por infección COVID-19 entre los 18 y los 60 años: una declaración de consenso de AMEDCO. AMEDCO.
- Ryan, R. y Deci, E. (2000). Self-Determination Theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55, 68-78.
- Sheldon, K. M. & Kasser, T. (2001). Goals, congruence and positive well-being: New empirical support for humanistic theories. *Journal of Humanistic Psychology*, 41(1), 30-50. doi: 10.1177/0022167801411004
- Sprang, G. y Silman, M. (2013). Posttraumatic stress disorder in parents and youth after health-related disasters. *Disaster Medicine and Public Health Preparedness*, 7(1), 105-110. doi:10.1017/dmp.2013.22
- Standage, M., Duda, J. L. y Ntoumanis, N. (2005). A test of self-determination theory in school physical education. *The British Journal of Educational Psychology*, 75, 411-433.
- Stolz, S. A. (2014). *La filosofía de la educación física. Una nueva perspectiva*. Londres, Reino Unido: Routledge.
- Tripken, J., & Hergott, C. (2020). Encouraging older adults to stay active and safe during the coronavirus pandemic. Obtenido de National Council on Aging:  
<https://www.ncoa.org/blog/encouragingolderadultstostayactiveandsafeduringthecoronaviruspandemic/>
- Vallerand, R. J. (1997). Toward a hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. *Advances in Experimental and Social Psychology*, 29, 271-360.
- Vargas, J. A. (2012). Implicaciones de la teoría motivacional de la Autodeterminación en el ámbito laboral. *Revista Electrónica Nova Scientia*, 5(1), 154 – 175.

- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S. y Ho, R. C. (2020). Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 Coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(5), 1729. doi:10.3390/ijerph17051729.
- Weiner, B. (2010). The development of an attribution-based theory of motivation: A history of ideas. *Educational Psychologist*, 45(1), 28–36. Doi: 10.1080/00461520903433596
- Widaman, K. F. (1985). Hierarchically nested covariance structure models for multitrait-multimethod data. *Applied Psychological Measurement*, 9, 1-26.
- Williams, G. C., Saizow, R., Ross, L., & Deci, E. L. (1997). Motivation underlying career choice for internal medicine and surgery. *Social science & medicine*, 45(11), 1705-1713
- Zamarripa, J., Castillo, I., Tomás, I., Delgado, M., & Álvarez, O. (2017). Escala Mexicana de Satisfacción de las Necesidades Psicológicas Básicas en Educación Física. *Revista de psicología del deporte*, 26(2), 79-84.

## ANEXOS



## EVALUACIÓN DE DESEMPEÑO DE LA PRÁCTICA

### Datos del alumno:

<b>Matrícula:</b>	2082128
<b>Nombre del Alumno:</b>	DANIEL EDUARDO CALDERÓN HERNÁNDEZ
<b>Programa educativo:</b>	MAFyD
<b>Orientación:</b>	EDUCACIÓN FÍSICA
<b>Fecha del período de prácticas</b>	15 de febrero a 21 de mayo de 2021

### Datos de la Empresa:

<b>Empresa/Institución:</b>	UANL FOD
<b>Departamento/Área:</b>	COORDINACIÓN DE INVESTIGACIÓN

### Evaluación:

Criterio	Excelente	Bueno	Regular	Malo
Asistencia	X			
Conducta	X			
Puntualidad	X			
Iniciativa	X			
Colaboración	X			
Comunicación	X			
Habilidad	X			
Resultados	X			
Conocimiento profesional de su carrera	X			

**Observaciones:** El estudiante Calderón se ha mostrado muy comprometido con las tareas asignadas, de manera específica en el avance de su proyecto de investigación.

*Oswaldo Ceballos Gurrrola*

Dr. Oswaldo Ceballos Gurrrola



Coordinador de Investigación

Nombre y firma del Tutor responsable de la práctica

Puesto del Tutor responsable de la práctica



Sello de la institución/dependencia

Av. Universidad s/n, Ciudad Universitaria, C.P. 66455  
San Nicolás de los Garza, Nuevo León, México  
Tels.: (81) 1340 4450 • 1340 4451  
fod@uanl.mx | www.fod.uanl.mx



UANL

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN



FACULTAD DE ORGANIZACIÓN DEPORTIVA

### PERFIL Y EVALUACIÓN DE PRÁCTICAS

#### A) Datos de la Empresa

Nombre de la empresa/Institución: UANL

FOD

Nombre del departamento/área: Dpto. Coordinación de investigación

**Instrucciones:** por este medio solicitamos indicar el perfil y actividades que su institución requiere de un practicante de la Maestría en Actividad Física y Deporte con orientación en (marcar la o las orientaciones que son de su interés):

- Alto Rendimiento Deportivo
- Educación Física
- Gestión Deportiva
- Promoción de la Salud

#### B) Perfil integral del practicante:

1. ¿Qué conocimientos debe tener?

Conocimientos básicos de uso de las TIC's y del método científico para proyectos de investigación

-----

---

2. ¿Qué habilidades debe poseer?

Habilidades de comunicación oral y escrita y manejo de programas informáticos

-----

---

-----

---

-----

---

3. ¿Cuáles aptitudes o competencias deben mostrar?

Su educación basada en valores

-----

---





4. Favor de indicar las actividades generales que un practicante realizará en el lugar de prácticas

Búsqueda y recuperación de artículos científicos, trabajo de campo, captura de datos, análisis estadístico e interpretación de resultados

-----  
-----

**C) Desempeño del alumno que está terminando prácticas en su institución.**

**1) Datos del practicante**

Nombre del alumno: DANIEL EDUARDO CALDERÓN HERNÁNDEZ

Programa educativo: Maestría en Actividad Física y Deporte modalidad escolarizada

Orientación: Educación Física

2. Favor de indicar el desempeño del practicante actual en relación con el perfil y actividades indicadas por usted en el inciso B.

El desempeño ha sido muy bueno por parte del estudiante Domínguez y se ha mostrado con mucha disposición para trabajar.

-----  
-----  
-----

**Comentarios:**

Agradecido por el apoyo del estudiante en sus practicas

-----  
-----

---

*Oswaldo Ceballos G*

---

Dr. Oswaldo Ceballos Gurrola



Nombre y firma del responsable de la práctica y/o sello

---



## EVALUACIÓN DE DESEMPEÑO DE LA PRÁCTICA

Datos alumno:

<b>Matrícula:</b>	2082128
<b>Nombre del Alumno:</b>	Daniel Eduardo Calderón Hernández
<b>Programa educativo:</b>	MAESTRÍA EN ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE
<b>Orientación:</b>	EDUCACIÓN FÍSICA
<b>Fecha del periodo de prácticas</b>	23 de agosto a 19 de noviembre 2021

Datos de la Empresa:

<b>Empresa/Institución:</b>	Benemérita Escuela Normal Manuel Ávila Camacho
<b>Departamento/Área:</b>	Docente frente a grupo

Evaluación:

Criterio	Excelente	Bueno	Regular	Malo
Asistencia	100			
Conducta	100			
Puntualidad	100			
Iniciativa	100			
Colaboración	100			
Comunicación	100			
Habilidad	100			
Resultados	100			
Conocimiento profesional de su carrera	100			

2. Favor de indicar el desempeño del practicante actual en relación con el perfil y actividades indicadas por usted a inicio de semestre.

El estudiante tiene conocimiento sobre los elementos de la sesión de Educación física, de ahí que su participación en las exposiciones y acompañamiento en las prácticas con los alumnos normalistas, hayan estado orientadas a fortalecer el perfil de egreso de un docente del área.

Ha realizado exposiciones de temas curriculares y brindando orientación a los normalistas, ahora que estuvieron cubriendo jornada de práctica en escuelas de educación básica.







# UANL



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN

FACULTAD DE ORGANIZACIÓN DEPORTIVA

---



---



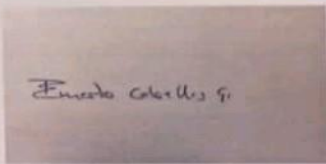
---



---



---



Ernesto Ceballos Gurrola

Nombre y firma del Tutor responsable de la práctica

Docente Frente a Grupo

Puesto del Tutor responsable de la práctica



BENEMÉRITA ESCUELA NORMAL  
"MANUEL ÁVILA CAMACHO"  
32 ENL 0001  
ZACATECAS, ZAC.

MTRO. JAIME TRINIDAD CORREA

DIRECTOR

Sello de la institución/dependencia



VISION UANL 2030  
CALIDAD PARA TRANSFORMAR Y  
CUIDAR EN BENEFICIO DE LA HUMANIDAD

Av. Universidad s/n, Ciudad Universitaria, C.P. 66  
San Nicolás de los Garza, Nuevo León, Méx.  
Tels.: (81) 1340 4450 • 1340 4  
lod@uanl.mx | www.lod.uanl



## RESUMEN AUTOBIOGRÁFICO

DANIEL EDUARDO CALDERÓN  
HERNÁNDEZ



Candidato para obtener el Grado de Maestría en Actividad Física y Deporte  
con Orientación En Educación Física

Tesis: EL CLIMA DE APRENDIZAJE EN LA EDUCACIÓN FÍSICA, UN APOYO A LA AUTONOMÍA,  
COMPETENCIA Y RELACIONES EN ALUMNOS DE SECUNDARIA/PREPARATORIA DURANTE EL  
CONFINAMIENTO POR COVID-19

Campo temático: Educación Física

Datos Personales: lugar de nacimiento: Jerez de García Salinas Zacatecas Zac. Fecha: 23 de agosto de 1993 lugar de  
residencia: Jerez de García Salinas Zacatecas Zac

Educación Profesional:

- Maestría en Actividad Física y Deporte por parte de la Facultad de Organización Deportiva de la Universidad Autónoma de Nuevo León
- Licenciatura en Educación Física por parte de la Benemérita Escuela Normal Manuel Ávila Camacho Zacatecas, Zac.

Experiencia Profesional:

- Un contrato en la escuela primaria José Vasconcelos en Guadalupe Zacatecas por parte de la secretaria de educación pública.
- Dos Estancias de investigación en la Benemérita Escuela Normal Manuel Ávila Camacho Zacatecas, Zac.
- 4 años de trabajo en clases frente a grupo “hidroespinning” escuela del deporte Jerez Zacatecas.

E-mail: Datoluca@hotmail.com