

**Importancia y gusto por la educación física en el nivel medio.  
Oportunidades para pensar estrategias desde la autodeterminación**

Ana Riccetti – Universidad de Flores – [ariccetti@gmail.com](mailto:ariccetti@gmail.com)

Valeria Gómez – Universidad de Flores - [vgomez@uflo.edu.ar](mailto:vgomez@uflo.edu.ar)

**Resumen**

En este trabajo presentamos los resultados de un proyecto de investigación referido a la motivación autodeterminada en el nivel medio. Más precisamente, describiremos el nivel de importancia y gusto que estudiantes del nivel medio en Argentina le conceden a la clase de educación física, luego proponemos estrategias fundamentadas en la teoría de la autodeterminación, para pensar en las oportunidades que los profesores pueden generar para favorecer niveles de autodeterminación en sus estudiantes. El diseño se caracterizó por ser descriptivo y transversal de tipo cuantitativo. Para la recolección de datos utilizamos un cuestionario autoadministrado, que se responde a partir de una escala Likert. Participaron del estudio 2205 estudiantes de sexo masculino (n=991) y de sexo femenino (n=1214), quienes residen en diferentes provincias de nuestro país y asisten a escuelas de nivel medio. Los datos obtenidos ponen de manifiesto niveles altos de importancia y gusto por la educación física, siendo los varones quienes puntuaron ligeramente más que las chicas en ambas variables. Los resultados nos permiten pensar en estrategias que promuevan oportunidades para la autonomía, demostrar competencia y relacionarse con los demás, favoreciendo niveles de motivación autodeterminada.

**Palabras claves:** importancia, gusto, educación física, autodeterminación.

**Introducción**

El proyecto internacional en el que se enmarca la presente ponencia, indaga sobre la motivación autodeterminada en clases de educación física. Lo estamos llevando a cabo conjuntamente entre la Universidad de Flores (Argentina), la Universidad Politécnica de Madrid (España), la Universidad del Quindío (Armenia, Colombia) y la Universidad Estadual de Campinas (Sao Paulo, Brasil). El proyecto propone avanzar en una mayor comprensión acerca de los niveles motivacionales y necesidades psicológicas básicas de estudiantes y profesores en el contexto de clases de educación física en el nivel medio.

En el marco de la investigación mencionada, proponemos describir el nivel de importancia y gusto que estudiantes del nivel medio en Argentina le conceden a la clase de educación física. Además, formularemos estrategias que favorezcan niveles de motivación autodeterminada en los estudiantes.

En primer lugar, presentaremos antecedentes sobre las variables gusto e importancia concedida a las clases de educación física por los estudiantes. Luego continuaremos con el estudio y los resultados obtenidos para el grupo en general y según el sexo, finalizaremos con sugerencias de estrategias fundamentadas en la teoría de la autodeterminación (TAD).

### **Importancia y gusto por las clases de educación física**

El gusto por las clases educación física pone de manifiesto el agrado, el disfrute y atracción hacia una actividad, además de reconocer su valor para desarrollarla.

Estudiar acerca de la importancia y el gusto que los estudiantes le conceden a la clase de educación física, resulta fundamental para adecuar las estrategias docentes y promover tanto aprendizajes significativos como el compromiso en las clases y la transferencia de lo aprendido en la vida cotidiana. De este modo, se propone que los estudiantes sean los protagonistas, ya que, si logramos que se sientan involucrados, el aprendizaje será significativo. A su vez, cuando el estudiante se siente protagonista y disfruta, es probable que su conducta sea más autónoma (autodeterminada). En este sentido, la motivación autónoma resulta en un aspecto relevante para acompañar y promover procesos de aprendizajes a nivel cognitivo, afectivo y comportamental en clases de educación física (Ntoumanis, y Standage, 2009; Ryan y Deci, 2017).

La TAD permite explicar e indagar sobre ambas variables -importancia y gusto- puesto que es una macro teoría compuesta por siete mini teorías, que entiende que el comportamiento de las personas se realiza a un nivel alto de reflexión y compromiso con un sentido de elección, tratándose de conductas autodeterminadas (Ryan y Deci 2000 y 2017). La TAD identifica niveles de mayor a menor autodeterminación, esto es, motivación intrínseca, extrínseca y desmotivación. También reconoce que los comportamientos y el bienestar de las personas se vinculan a la satisfacción de tres necesidades psicológicas básicas universales: autonomía, competencia y relación con los demás (Ryan y Deci 2000 y 2017).

El gusto e importancia por las clases de educación física se vinculan a la motivación, el clima de la clase y el entorno social. Diversos estudios indagaron acerca de estas variables desde el enfoque que propone la TAD (Baena-Extremera, Granero-Gallegos, Sánchez-Fuentes y Martínez-Molina, 2014; Granero-Gallegos, Baena-Extremera, Sánchez-Fuentes, y Martínez-Molina, 2014; Moreno Murcia y Cervelló, 2003; Moreno y Hellín, 2007; Moreno-Murcia, Zomeño Álvarez, Marín de Oliveira, Ruiz Pérez y Cervelló Gimeno, 2013).

Hallamos estudios referidos a al interés en clases de educación física en estudiantes de nivel primario, siendo su asignatura preferida, donde destacan el carácter del docente como un aspecto relevante que los motiva (Moreno y Hellín, 2007). Asimismo, Moreno Murcia y Cervelló (2003) encontraron que en el nivel primario el gusto e importancia otorgados a la educación física es alto, vinculado a un estilo docente democrático y amable, al contenido, a la práctica deportiva del estudiante y de su familia.

Por otra parte, existen evidencias sobre el clima generado por el docente en la clase como predictor de la importancia y el gusto por educación física en el nivel medio, es decir, si el profesor fomenta la motivación autodeterminada y la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas sus estudiantes valoran a la asignatura y tienen mayores posibilidades de lograr aprendizajes significativos y transferirlos a su vida cotidiana y adulta, como los hábitos saludables (Moreno-Murcia et al., 2013).

Actitudes y comportamientos más positivos hacia las clases de educación física se hallaron en estudiantes de nivel medio que mostraron estar más motivados, que participan de actividad física o deportiva extraescolar con frecuencia, a su vez, quienes manifestaron un perfil autodeterminado le conceden más importancia a la Educación Física (Moreno, Llamas y Ruiz,

2006). Resulta interesante que quienes practican más actividad físico deportiva extraescolar presentan mayores niveles de importancia hacia esta asignatura, sumado a que existen diferencias según el sexo, donde la importancia y el gusto por la educación física en los varones se caracterizan por un perfil “alta motivación” y las mujeres un perfil “baja motivación” (Baena-Extremera et al., 2014; Granero-Gallegos et al., 2014).

La revisión realizada nos permite inferir que estrategias que promuevan la motivación autodeterminada se vincula con la valoración y el gusto concedido por los estudiantes a las clases de educación física.

### **Consideraciones metodológicas**

*Procedimiento y grupo de estudio.* Se solicitó autorización a los directivos de las escuelas y se informaron los objetivos de la investigación. Obtenidos los permisos, comunicamos a los alumnos su derecho a participar de forma voluntaria y la confidencialidad de las respuestas. Los instrumentos se administraron en el horario de la clase de educación física, en ausencia del profesor, requiriendo de 20 a 25 minutos para responder.

Participaron 2205 estudiantes de sexo masculino ( $n = 991$ ) y femenino ( $n = 1214$ ) con edades entre 11 y 21 años, quienes asistían a instituciones educativas de nivel medio en Argentina.

*Instrumento.* Los estudiantes respondieron el cuestionario *Escala de importancia de la educación física* (Moreno, González-Cutre y Ruíz, 2009). Los ítems a responder son: “considero importante recibir clases de educación física”, “comparado con el resto de asignaturas, creo que la educación física es una de las más importantes” y “creo que las cosas que aprendo en educación física me serán útiles en mi vida”. Se respondía con una escala Likert con un rango de puntuación: 1 (totalmente en desacuerdo) a 5 (totalmente de acuerdo). La fiabilidad obtenida fue aceptable ( $\alpha = .78$ ).

Para la variable *Gusto por la Educación Física*, se administraron tres ítems creados *ad hoc* que refieren a: “me gusta mucho la educación física”, “la educación física me encanta” y “la educación física me parece estupenda”. La escala del cuestionario consta de cinco posibilidades de respuesta donde 1 (totalmente en desacuerdo) y 5 (totalmente de acuerdo). La fiabilidad fue muy buena ( $\alpha = .94$ ).

Para ambos instrumentos se realizaron análisis de consistencia interna (coeficiente alfa de Cronbach) y análisis descriptivos de los ítems, que exponemos a continuación.

### Resultados

Las medias y desviaciones típicas de todas las variables se muestran en la Tabla 1. Se puede observar que ambas variables puntúan en un nivel alto (importancia  $M=3,75$ ; gusto  $M=3,71$ ), considerando que el rango de respuesta oscila entre 1 y 5.

**Tabla 1. Media y desviación estándar: importancia y gusto concedidos a las clases de educación física (N=2205)**

	M	DS
Importancia	3,75	,97
Gusto	3,71	1,22

Fuente: elaboración propia

En la tabla 2 se pueden observar cada uno de los ítems de respuesta de los cuestionarios. Si bien no existen diferencias claras entre ítems, el primer ítem de importancia y de gusto por la educación física son los que más puntuaron (ver casillas en gris en la tabla 2).

**Tabla 2. Media y desviación estándar: importancia (3 ítems) y gusto (3 ítems) concedidos a las clases de educación física (N=2205)**

Ítems del cuestionario	M	DS
1.Considero importante recibir clases de educación física	4,20	1,04
2.Comparado con el resto de asignaturas, creo que la educación física es una de las más importantes	3,44	1,28
3.Creo que las cosas que aprendo en educación física me serán útiles en mi vida	3,62	1,17
1.Me gusta mucho la educación física	3,85	1,22
2.La educación física me encanta	3,60	1,33
3.La educación física me parece estupenda	3,69	1,31

Fuente: elaboración propia

Por último, la tabla 3 permite realizar una comparación según el sexo de los estudiantes, donde los varones puntuaron más que las chicas en ambas variables alto (importancia M=3,84; gusto M=3,94). Podemos observar que las estudiantes también puntuaron en el mismo sentido que los varones, pero ligeramente más bajo.

**Tabla 3. Media y desviación estándar: importancia y gusto según el sexo (M=991-F=1214)**

	Sexo	M	DS
Importancia	M	3,84	,96
	F	3,68	,98
Gusto	M	3,94	,03
	F	3,52	,04

Fuente: elaboración propia

### **Ideas finales a modo de estrategias**

Nos planteamos como objetivo describir el nivel de importancia y gusto que estudiantes del nivel medio en Argentina le conceden a la clase de educación física. Los resultados son promisorios y nos permiten pensar en estrategias que promuevan oportunidades para la autonomía, demostrar competencia y relacionarse con los demás, favoreciendo niveles de motivación autodeterminada. Promover comportamientos más autodeterminados en clases de educación física permitirá que los estudiantes le concedan importancia y sientan gusto por esta asignatura. Niveles altos de motivados autodeterminada favorecerá el gusto y la importancia otorgada a la clase de educación física y, de este modo, una mayor implicancia y compromiso en el aprendizaje.

Ryan y Deci (2017) advierten que la autonomía depende de apoyos provenientes del contexto, las estrategias y decisiones de los profesores y el ambiente educativo que promuevan son fundamentales para la satisfacción de la autonomía y de comportamientos más autodeterminados en los estudiantes.

“Si se pretende formar a estudiantes autónomos y con capacidad de decisión e iniciativa, el docente juega un papel fundamental...” (Baena-Extremera, et al., 2014, p.122). Por lo

tanto, el rol del docente es clave, es quien puede generar un clima en la clase que potencie aspectos claves de la motivación autodeterminada, a saber: apoyar la autonomía de los estudiantes a partir de dejarles elegir, seleccionar tareas, contenidos, esto es, sentirse el origen de las acciones y desarrollar la iniciativa; también es importante seleccionar contenidos que permitan a los y las estudiantes percibirlos como interesantes evitando aquellos estereotipados como masculinos (Granero-Gallegos et al., 2014).

Por su parte, Gómez Rijo, Hernández Moreno, Martínez Herráez y Gámez Medina (2014) señalan que resulta relevante satisfacer las necesidades psicológicas básicas, es decir, la autonomía, el sentimiento de competencia (ser capaz de afrontar y resolver las tareas) e involucrar a los estudiantes en actividades grupales donde deban relacionarse con los demás.

Moreno-Murcia et al., (2013) hallaron que los estudiantes que perciben ambientes de clase que implican al esfuerzo, al proceso, la colaboración, evitando la comparación con otros, demostraron satisfacción en las necesidades psicológicas básicas incrementando la motivación autodeterminada y la importancia otorgada a la educación física.

Destacamos como un dato significativo que, en general, los estudiantes de nivel medio valoran y les agrada la clase de educación física. Creemos que las prácticas docentes deben ser revisadas, en este sentido, la TAD propone fundamentos y sugerencias prácticas que deben adecuarse a cada contexto de clase.

Para finalizar compartimos algunos interrogantes para pensar en próximos estudios: ¿será suficiente dar a elegir para promover niveles altos de motivación autodeterminada?, ¿qué creencias implícitas posee un docente acerca de la autonomía en la clase?, ¿los estudiantes percibirán la autonomía como algo positivo o negativo? Las respuestas a estas preguntas permitirán adecuar las estrategias docentes a los perfiles de los estudiantes, generando un clima de clase que posibilite niveles autodeterminados y mayor compromiso en el proceso de enseñanza y aprendizaje.

## Referencias

- Baena-Extremera, A., Granero-Gallegos, A., Sánchez-Fuentes, J.A. & Martínez-Molina, M. (2014). Modelo predictivo de la importancia y utilidad de la Educación Física. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 14(2), 121-130.

- Gómez Rijo, A.; Hernández Moreno, J.; Martínez Herráez, I. & Gámez Medina, S. (2014). Necesidades psicológicas básicas en educación física según el género y el ciclo educativo del estudiante durante la escolaridad obligatoria. *Revista de Investigación Educativa*, 32 (1), 159-167.
- Granero-Gallegos, A., Baena-Extremera, J.A., Sánchez-Fuentes, & Martínez-Molina, M. (2014). Perfiles motivacionales de apoyo a la autonomía, autodeterminación, satisfacción, importancia de la educación física e intención de práctica física en tiempo libre. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 14(2), 59-70.
- Moreno Murcia, J. A. & Cervelló, E. (2003). Pensamiento del alumno hacia la Educación Física: su relación con la práctica deportiva y el carácter del educador. *Enseñanza*, 21, 345-362.
- Moreno, J. A., Llamas, L. S. & Ruiz, L.M. (2006). Perfiles motivacionales y su relación con la importancia concedida a la Educación Física. *Psicología Educativa*, 12(1), 49-63.
- Moreno, J.A. & Hellín, M.G. (2007). El interés del alumnado de Educación Secundaria Obligatoria hacia la Educación Física. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 9 (2), 1-20. Recuperado de <http://redie.uabc.mx/vol9no2/contenido-moreno.html>
- Moreno, J.A., González-Cutre, D. & Chillón, M. (2009). Preliminary validation in Spanish of a scale designed to measure motivation in physical education classes: The perceived locus of causality (PLOC) scale. *The Spanish Journal of Psychology*, 12(1), 327-33.
- Moreno-Murcia, J.A., Zomeño Álvarez, T., Marín de Oliveira, L.M., Ruiz Pérez, L.M. & Cervelló Gimeno, E. (2013). Percepción de la utilidad e importancia de la educación física según la motivación generada por el docente. *Revista de Educación*, 362, 1-14. DOI: 10-4438/1988-592X-RE-2011-362-165
- Ntoumanis, N. & Standage, M. (2009). Motivation in physical education classes: a self-determination theory perspective. *Theory and Research in Education*. 7(2), 194-202.
- Ryan, R. & Deci, E. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development and well-being. *American Psychologist*, 55, 68-78.
- Ryan, R. & Deci, E. (2017). *Self-determination Theory. Basic psychological needs in motivation, development and wellness*. New York: Guilford.