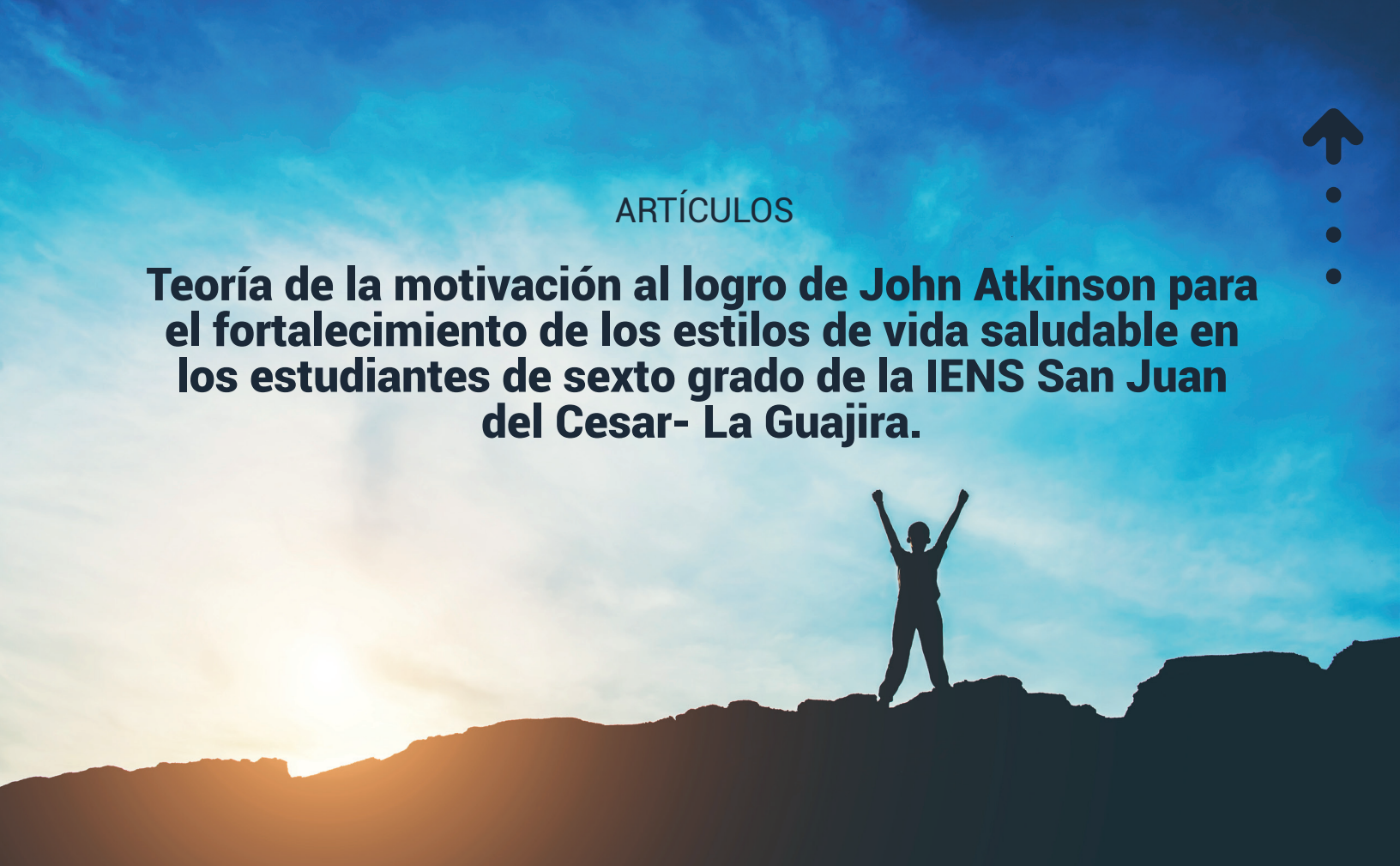
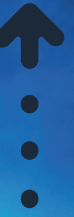




ARTÍCULOS



Teoría de la motivación al logro de John Atkinson para el fortalecimiento de los estilos de vida saludable en los estudiantes de sexto grado de la IENS San Juan del Cesar- La Guajira.

Por **Banquet Villazón H, A**

Docente del SENA y maestrante en Educación de la Universidad de Pamplona.

Resumen

El Proyecto de investigación tuvo como objeto determinar la incidencia de la teoría de la motivación al logro en el fortalecimiento de los estilos de vida saludable en los estudiantes de sexto grado de la IENS del Municipio de San Juan del Cesar- La Guajira. Se trató de un estudio de enfoque cualitativo apoyado en un método de investigación acción; los instrumentos utilizados fueron el cuestionario, la ficha de diarios de campo, formatos de sesiones pedagógicas, registros de asistencia y rubricas evaluativas; la muestra de informantes estuvo constituida por 11 estudiantes de sexto

grado. La categoría principal abordada es la motivación al logro a través del análisis de: la tendencia al éxito y tendencia al fracaso; se aplicó una estrategia pedagógica basada en la teoría de motivación al logro de John Atkinson y evaluar su efectividad en las clases de educación física hacia el fortalecimiento de estilos de vida saludables. Los resultados evidenciaron que en la mayoría de los estudiantes la motivación es un factor determinante para el logro de sus objetivos e influye al momento de elegir el tipo de actividad física que desean realizar y estos atribuyen sus resultados en ambas situaciones, éxito y fracaso, los estudiantes atribuyen sus resultados a motivación interés, capacidad y esfuerzo. Finalmente, se discuten los resultados y se dan las conclusiones.

Palabras Claves: Motivación al logro; éxito; fracaso; educación física; estilos de vida saludables.

Abstract

The purpose of the research project was to determine the incidence of the achievement motivation theory in strengthening healthy lifestyles in sixth grade students of the IENS of the Municipality of San Juan del Cesar- La Guajira. It was a study with a qualitative approach supported by an action research method; the instruments used were the questionnaire, the field diary sheet, pedagogical session formats, attendance records and evaluation rubrics; the sample of informants consisted of 11 sixth grade students. The main category addressed is achievement motivation through the analysis of: the tendency to succeed and the tendency to fail. A pedagogical strategy based on John Atkinson's achievement motivation theory was applied and its effectiveness was evaluated in physical education classes towards the strengthening of healthy lifestyles. The results showed that in the majority of students' motivation is a determining factor for the achievement of their objectives and influences when choosing the type of physical activity, they wish to carry out and they attribute their results in both situations, success and failure, the students attribute their results to motivation, interest, ability and effort. Finally, the results are discussed and the conclusions are given.

Keywords: Motivation to achieve; success; failure; physical education; healthy lifestyles.

Introducción

"La motivación constituye un factor esencial para el desarrollo de cualquier actividad o proceso que realiza el individuo en los diferentes ámbitos de su vida personal y social e influye significativamente en su crecimiento personal y social, generando situaciones de disfrute y cooperación" (Biddle et al., 1998, p.98) A partir de la teoría de las necesidades de McClellan (1953), citado por Marshall, (2010), señala, que la necesidad de lograr algo "Parte del deseo de obtener un buen desempeño para alcanzar el éxito, con un estándar de excelencia en las competencias" (p. 130); de allí que surja el interés de estudiar cuales son los factores motivacionales de niños y jóvenes estudiantes, de desarrollar competencias de logros en el área de educación física, teniendo en cuenta la diversidad conductual manifestada por los educandos, en las escuelas.

Según muchas investigaciones sobre en el ámbito educativo y especialmente sobre el área de educación física y sus competencias, la motivación es un elemento intrínseco esencial que a través de los estímulos externos determinan la orientación de la conducta hacia la actividad física; en este sentido, diversos estudiosos han reconocido que la motivación es un factor importante para el logro y éxito de las actividades físicas, lo que implica compromiso, esfuerzo y persistencia, (Ferrer-Caja y Weiss, 2000; Moreno, Cervelló y González-Cutre, 2007).

Desde esa perspectiva la presente investigación pretendió determinar la efectividad

de la teoría de motivación al logro de Atkinson (1964) mediante el fortalecimiento de estilos de vida saludables en los estudiantes de sexto grado, cuya hipótesis planteó que los estudiantes más motivados para el logro obtienen mayor y mejores resultados en el aprendizaje y en el desarrollo de habilidades motrices, que aquellos individuos a los cuales los motiva evitar el fracaso; En relación con lo expuesto surgió la siguiente pregunta: ¿Cuál es la incidencia de la teoría de la motivación de John Atkinson en el fortalecimiento de los estilos de vida saludable en los estudiantes de sexto grado de la IENS del Municipio de San Juan del Cesar- La Guajira?

En Relación a su relevancia, este estudio aporta elementos de juicio que pueden ser utilizados de forma eficaz en la solución del fenómeno estudiado y favorecer la aparición de propuestas que contribuyan en la comprensión de los factores que pueden asociarse a la motivación del logro académico en estudiantes a fin de contribuir a la mejora del rendimiento escolar; igualmente permitirá tomar decisiones oportunas y adecuadas para motivar y despertar el interés de los alumnos por la actividad física con novedosas y adecuadas estrategias de orientación motivacional.

Se analizaron diversas teorías y autores referente a la temática estudiada, y mediante la aplicación de un método de investigación acción, se implementó una estrategia pedagógica "Motivar el logro para fortalecer hábitos saludables" donde se pudo comprobar en los resultados obtenidos que la motivación al logro es esa capacidad que

hace que las personas estén dispuestas a realizar una tarea con altas probabilidades de alcanzar el éxito y sentirse competitivos a diferencia de la tendencia al fracaso como aquello que no despierta el interés de hacer una tarea.

Objetivos General

Determinar la incidencia de la teoría de la motivación al logro de John Atkinson en el fortalecimiento de los estilos de vida saludable en los estudiantes de sexto grado de la IENS del Municipio de San Juan del Cesar- La Guajira.

Específicos

Caracterizar las motivaciones y estilos de vida saludables de los estudiantes de sexto grado de la IENS del municipio de San Juan del Cesar- La Guajira.

Formular una propuesta pedagógica basada en la teoría de la motivación al logro de Atkinson en la actividad física para el fortalecimiento de estilos de vida saludable en los estudiantes de sexto grado de la IENS.

Aplicar la propuesta pedagógica formulada de la teoría de la motivación al logro de John Atkinson en los estudiantes de sexto grado de la IENS de San Juan del Cesar.

Evaluar la eficacia de la propuesta pedagógica para el fortalecimiento de hábitos saludables en los estudiantes de sexto grado de la I.E Normal superior de San Juan del Cesar.

Método

La presente investigación se desarrolló a través del enfoque cualitativo, mediante el método de investigación acción, siguiendo las fases del proceso investigación: se realizaron unas pruebas de diagnóstico para identificar el cambio a introducir en la propuesta pedagógica, luego en la fase de acción se llevó a cabo la estrategia, en el que se vincularon métodos de recolección de datos para obtener las perspectivas y puntos de vista de los participantes (motivaciones, concepciones y significados personales subjetivos).

Los informantes clave fueron 11 estudiantes del sexto grado 3 docentes del área de Educación Física. Se utilizaron los instrumentos: Ficha de diarios de campo, donde se registraron todos los datos de los estudiantes, sus características y condiciones particulares, sus comportamientos, actitudes, relaciones, comunicación, entre otras del interés del estudio su interacción e implicación con las actividades y con el grupo en general, los cambios en las actividades y las dificultades encontradas; el cuestionario para conocer las motivaciones y percepciones tanto de docentes como estudiantes; las sesiones pedagógicas aplicadas a fin de llevar un seguimiento de los logros propuestos y descripciones detalladas del comportamiento del alumno en cada tarea física realizada; el registro de asistencia de cada actividad propuesta y la rúbrica evaluativa; así pues, en total se desarrollaron 7 actividades pedagógicas con la intención de demostrar que la motivación al logro es un recurso importante para favorecer

el aprendizaje, y que el tipo de actividades propuestas en el aula escolar influyen en la motivación de los estudiantes.

Resultados y discusión

Para el análisis de resultados se partió de la categoría principal, motivación al logro, abordando los factores motivacionales presentes en la población objeto de estudio, teniendo en cuenta las subcategorías: A. tendencia al éxito y B. Tendencia al fracaso; se agrupó toda la información recolectada, se ordenó por instrumentos aplicados en concordancia con los objetivos investigativos.

El objetivo de la presente investigación ha sido determinar la incidencia de la teoría de la motivación al logro de John Atkinson en el fortalecimiento de los estilos de vida saludable en los estudiantes de sexto grado de la IENS del Municipio de San Juan del Cesar- La Guajira. En ese sentido el estudio se ha sustentado en el análisis de la tendencia al éxito y la tendencia a evitar el fracaso en los alumnos; para ello se han evaluó la percepción de docentes y estudiantes frente a los factores que inciden en la motivación referente a las actividades desarrolladas en el área de Educación física, teniendo en cuenta, en los docentes, cuáles son las estrategias que utiliza para motivar al alumnado los estudiantes, que actividades influyen en su motivación y la actitud de los chicos en las prácticas físicas; por otro lado, los adolescentes mostraron su percepción referente a la actitud del docente, las estrategias que utiliza y como están estimular su interés y entusiasmo.

De acuerdo a lo anterior Torre (1998), plantea que las clases de educación física son más productivas e interesantes, cuando los estudiantes se sienten motivados, muestran interés y eso repercute en buenos resultados físicos en las mismas, es decir que el factor motivacional no depende solo de la actitud del educando, sino además, de la forma en que el docente estimula los resultados del alumnado; desde esa perspectiva, Gonzales (2010) expresa que el papel del educador influye directamente sobre la motivación de los estudiantes, y para ello este debe implementar estrategias didácticas que faciliten el aprendizaje. Otros autores, como Cox y Williams (2008) y Granero- Gallegos et al. (2012) atribuyen a los factores socio académicos en el que se desenvuelve el estudiante, haciendo énfasis en el clima educativo y la creación de

espacios donde el chico se sienta valorado, respetado y se estimule su mejoramiento como individuo.

Referente a la planificación e implementación de estrategias pedagógicas para facilitar el proceso de enseñanza- aprendizaje, los docentes reconocen que la planificación es una herramienta de éxito en la motivación de los estudiantes y la identifican en su quehacer académico; en cuanto a las estrategias didácticas que implementan para mejorar el proceso educativo, los maestros conciben que son fundamentales para estimular al alumno, pues las metodologías en la enseñanza algunas veces difieren de las verdaderas motivaciones del estudiante y no se ajustan a sus necesidades educativas del niño o joven. En ese orden, Moyano, Pacheco y Urbieta (2018)



plantean que cuando existe un direccionamiento pedagógico acertado para la edad e intereses de los estudiantes, revelan actitudes más positivas y mayor motivación hacia la educación física, mientras que, cuando la práctica en esta asignatura se limita al cumplimiento de unos contenidos programáticos que combinan tareas con ejercicios rutinarios, se encuentra una desmotivación.

Es importante resaltar la forma en que el docente asume su rol y las estrategias estimulantes de la motivación que utilice en su plan académico influyen positiva o negativamente en el deseo y la probabilidad del éxito en el alumnado; desde esa visión se consultó a los docentes como motivan a sus estudiantes para dar un buen rendimiento académico, a la vez que promueven acciones que le permiten mejorar sus condiciones físicas mediante la autonomía, el deseo del éxito y una motivación basada en el logro a la tarea, así los estudiantes considerarán importante y útil la asignatura, aumentando a su vez la intención y adherencia de la práctica deportiva en el futuro.

En ese sentido, los resultados coinciden con los de Carrasco et al. (2019) que en su estudio recalca que la autonomía se relacione directamente con la motivación de cada individuo y sean factores que influyan positivamente en el fomento de los hábitos saludables en el contexto escolar, lo que aumentaría la percepción de goce y bienestar de los alumnos frente a las prácticas de actividades físicas en el ámbito educativo.

Por otro lado, en los resultados obtenidos de la entrevista con los estudiantes, se evidencia que estos tienen una motivación que les orienta al logro y se ajusta a la visión de su proyecto de vida; dentro de los factores que perciben para el éxito, los alumnos manifestaron que este se manifiesta como el resultado de hacer algo bien, con esfuerzo, que favorezca el logro de una meta, un propósito, claramente el alumnado reconoce en el esfuerzo un vehículo que los llevará a cumplir la meta y obtener una recompensa, en ese aspecto, Atkinson (1964) sugiere que las conductas tendientes al éxito son funciones conjuntas de la motivación del individuo, su expectativa de conseguirlo, e inversamente proporcional a la probabilidad de alcanzarlo.

Desde el planteamiento anterior se puede decir, que la motivación y la expectativa de los estudiantes puede aumentar en la medida en que el logro represente un esfuerzo o un reto, sin embargo, la relación entre motivación, expectativa y probabilidad de éxito varía entre los alumnos, ya que cada individuo es único y puede responder de manera diferente a diferentes situaciones y desafíos.

En relación con la motivación hacia el área de educación física, se consultó a los estudiantes sobre los factores que les motivan para lograr un alto desempeño en las clases de educación física, estos manifestaron diversas opiniones de los motivos de logro, destacándose el papel del docente la persona que guía su proceso educativo y su estímulo es fundamental para que ellos den su mayor esfuerzo durante las clases de educación física. Desde esa perspectiva, Barreto

y Álvarez (2020) en su investigación referenciada en este estudio, los resultados muestran que las dimensiones que mejor explican el rendimiento académico son el interés, el esfuerzo, la capacidad, la interacción con los padres y la satisfacción con las calificaciones.

En cuanto a la propuesta pedagógica desarrollada, los resultados obtenidos, evidenciaron que las estrategias fueron acordes a los intereses de los estudiantes y eso facilitó el logro de los objetivos propuestos en cada una de las actividades, pues los estudiantes de sexto grado demostraron una motivación al logro alta en cuanto demuestran interés por participar, se involucran activamente en las actividades y el deseo de alcanzar el éxito en las competencias, a excepción de algunos estudiantes de género femenino; un factor que se destaca, es que todos los participantes responden positivamente ante los estímulos y premios, no obstante la misma totalidad no es justo en su autoevaluación como competidor, pues opta por dejar que sea el docente o sus compañeros quienes hagan un juicio de valor frente a su desempeño personal.

En ese sentido el estudio realizado por Cabello, Moyano y Urbieto (2018) demuestran la importancia relativa de las estrategias motivacionales y el clima motivacional orientado hacia la tarea, pues se puede establecer que cuando existe un direccionamiento pedagógico acertado para la edad e intereses de los estudiantes, revelan actitudes más positivas y mayor motivación hacia la educación física, mientras que,

cuando la práctica en esta asignatura se limita al cumplimiento de unos contenidos programáticos que combinan tareas con ejercicios rutinarios, se encuentra una desmotivación especialmente en participantes del género femenino.

Por consiguiente, se puede decir, que la motivación de logro influye en la Educación Física de forma positiva en relación a la importancia y utilidad práctica que los estudiantes encuentran en las clases, generando una intención de prácticas de actividad física en su tiempo libre. De esta forma se destaca la importancia de implementar clases de Educación Física, interesantes y novedosas para el alumnado, actualizando los contenidos de aprendizaje tradicionales y obsoletos por temáticas que se ajusten a su realidad sociocultural.

De acuerdo a los resultados de la rúbrica, los estudiantes alcanzan un nivel aceptable de motivación de logro (M), pues demuestran interés por participar en la mayoría de las actividades con una tendencia a alcanzar el éxito (A) en la meta propuesta, presentando una disposición al aumento progresivo de su nivel de motivación en la medida que avanzaba la actividad; los estudiantes poseen una favorable probabilidad de éxito cuando la tarea es de su interés y aceptación y disminuye si esta no se encuentra dentro de sus elecciones de actividad física; referente al estímulo del premio todos los alumnos se mostraron emocionados ante la obtención de la recompensa, es decir, el valor que le atribuye a la consecución de la meta; en menor cantidad fue el número de estudiantes que obtuvieron una tendencia hacia el fracaso

(B) aceptable, con una disminución de su entusiasmo por que no se sentía atraído a la tarea, aspecto que hay que atenderen los estudiantes.

De lo anterior se puede introducir a esta investigación, que es pertinente adoptar contenidos temáticos estratégicos que faciliten la enseñanza y el aprendizaje, que vayan más allá de dictar una clase funcional y programática, por encuentros mucho más dinámicos donde el estudiante sea el protagonista de su conocimiento. Ante este tipo de situaciones Atkinson (1964) afirma que al mismo tiempo en todas las personas existe, tanto la necesidad de obtener el éxito, como la de evitar el fracaso, es decir que, los alumnos más motivados por el éxito: se plantean retos que, con una visión de llegar a cumplir, dando gran valor al esfuerzo y frente a ese logro, responden de mejor forma a retos mayores, inicia o persiste en actividades de las cuales se podría derivar el sentimiento de competencia y de autodeterminación que proporciona el éxito; En cambio, los alumnos más motivados por la necesidad de evitar el fracaso: buscan alternativas más fáciles o en su caso, más difíciles, para justificar su desánimo por los fracasos que ha acumulado en el camino, responden mejor a un aprendizaje en pequeñas tareas, y cuando se evita el reconocimiento público del error.

En ese sentido, el temor al fracaso es un motivo negativo y la tendencia al logro un motivo positivo que se relaciona con el deseo de éxito en el logro de una meta; estos dos factores afectivos manifestados como la satisfacción o el orgullo de con-

secución de una meta o la vergüenza de no alcanzarla.

En relación con los estilos de vida saludables los estudiantes enfatizaron que es fundamental correr, caminar, realizar ejercicios y alimentarse bien, realizar prácticas sanas que fortalecen la salud física y mental de las personas y por consiguiente la adquisición de estilos de vida saludables; algunos informantes atribuyen al deporte y al baile aeróbico vivir buenas experiencias para mantener activo todo el cuerpo y mantener la salud física; un solo estudiante opinó que mediante el deporte de fútbol se ejercita todo el cuerpo y su práctica regular se convierte en un estilo de vida saludable.

Según Elliot (1993), el estilo de vida saludable se entiende cada vez más como un patrón de comportamientos relacionado con la salud que se llevan a cabo de un modo relativamente estable y plantea unas características fundamentales: a). Posee una naturaleza conductual y observable. En este sentido, las actitudes, los valores y las motivaciones no forman parte del mismo, pueden ser sus determinantes. b). Las conductas que lo conforman deben mantenerse durante un tiempo, pues el estilo de vida denota hábitos que poseen alguna continuidad temporal, dado que supone un modo de vida habitual. c). El estilo de vida denota combinaciones de conductas que ocurren consistentemente. d). El concepto de estilo de vida no implica una etiología común para todas las conductas que forman parte del mismo, pero sí se espera que las distintas conductas tengan algunas causas en común.

Desde la postura anterior, los estilos de vida saludables en los estudiantes se adquieren a través de la conducta que estos mantienen durante un tiempo en su espacio social, Así se crea el espacio donde se genera la transferencia, he ahí el papel que cumple la institución educativa a través del área de educación física, promoviendo acciones estratégicas que fortalezcan la autoestima, la corporalidad y la práctica de actividades que estimulen la motivación del estudiantado.



Conclusiones

De acuerdo a los resultados obtenidos en el presente estudio, se puede concluir lo siguiente: para el primer objetivo, dirigido a caracterizar las motivaciones y estilos de vida saludables de los estudiantes de sexto grado de la IENS del municipio de San Juan del Cesar- La Guajira, se determinó que los alumnos evaluados una tendencia alta de motivación de logro, pues se encuentran medianamente motivados para tener éxito y alcanzar metas que ellos consideran importantes, su motivación va relacionada con sus propósitos personales y de eso depende el esfuerzo que cada uno pone en sus metas.

En relación a su desempeño en las clases de educación física los estudiantes reconocen la importancia de la asignatura en el fortalecimiento de sus estilos de vida sustentado en la salud y la actividad física, principalmente en la costumbre de practicar deportes de resistencia, destrezas y habilidades como el fútbol, el atletismo y el ciclismo, presentando valores más altos en comparación con otras actividades; frente a la probabilidad de éxito los alumnos involucran su esfuerzo, interés y capacidad; mientras que para la tendencia hacia fracaso obedecen a componentes motivacionales internos de bajo esfuerzo y falta de interés como de externos (dificultad de la tarea), siendo en estos últimos elementos, el temor ante el fracaso una de los aspectos que hay que atender en los estudiantes.

Respecto al objetivo 2, formular una

Teoría de la motivación al logro de John Atkinson para el fortalecimiento de los estilos de vida saludable en los estudiantes de sexto grado de la IENS San Juan del Cesar- La Guajira.

propuesta pedagógica basada en la teoría de la motivación al logro de Atkinson en la actividad física para el fortalecimiento de estilos de vida saludable se puede concluir que: la pertinencia de abordar a través de una estrategia la motivación de los estudiantes en el área de educación física demuestra que existe una relación directa entre la motivación intrínseca de los alumnos y la asignatura, pues la valoración que los participantes tienen del área incide en el deseo de establecer conductas que conlleven a un estilo de vida saludable y la intención de practicar en el futuro una o más actividades físicas actividades de preferencias deportivas en el futuro. Estos resultados orientan el quehacer del docente en el planteamiento, aplicación y efectividad en el abordaje de sus futuras intervenciones, pues, da un aporte importante sobre los factores motivacionales de los alumnos durante las clases de Educación Física.

Para el tercer objetivo, establecido en términos de Aplicar la propuesta pedagógica formulada de la teoría de la motivación al logro de John Atkinson en los estudiantes de sexto grado se puede deducir que la estrategia implementada permitió observar los comportamientos y actitudes de los estudiantes en la práctica y estos demostraron que la consecución del éxito en las actividades físicas tienen efectos inmediatos de logro y satisfacción, cuando la esperanza de éxito es mayor que el miedo al fracaso; en la medida en que se avanzaba las respuestas positivas y la motivación aumentaba lo que determina que su práctica constante fortalece su deseo de logro y la tendencia al éxito, que en lo que con-

cierte a la investigación, es determinante para adquirir estilos de vida saludables; en sentido opuesto, la tendencia al fracaso también muestra consecuencias inmediatas, de pérdida de confianza temor y vergüenza, cuando el miedo al fracaso es mayor que la esperanza de éxito o cuando la esperanza de éxito y el miedo al fracaso son iguales; la combinación de ambos motivos permite entender la manifestación conductual en cada caso. Estas conductas pueden ser modificadas durante la clase a través de un abordaje estratégico que estimule la motivación del estudiante, reemplazando estos factores negativos por otros más positivos y funcionales para su desarrollo.

Para el cuarto objetivo, definido para Evaluar la eficacia de la propuesta pedagógica para el fortalecimiento de hábitos saludables en los estudiantes de sexto grado de la I.E Normal superior de San Juan del Cesar. las conclusiones son las siguientes:

Los resultados obtenidos en este estudio demostraron que los estudiantes que dan mayor importancia a la educación física son los que más disfrutan de las actividades, lo que hace que aumente su motivación y su deseo de logro, desde esa perspectiva, crear un ambiente que favorezca la autonomía del alumno, promoviendo el interés y el esfuerzo personal, permitirá queden mayor valor a la clase y que estos se mantengan motivados y logren sus objetivos personales académicos, pues a mayor estimación a la materia, mayor probabilidad de que estos adquieran estilos de vida saludables. En sentido contrario, los resultados evidenciaron

que, cuando el alumnono está motivado por algo, no realiza mayor esfuerzo, no siente satisfecha su necesidad de autonomía, lo que provoca una relación negativa con su motivación intrínseca.



Referencias

- Atkinson, J. (1964). Una introducción a la motivación. Princeton, Nueva Jersey: Van Nostrand.
- Barreto, F., y Álvarez, J. (2020). Las dimensiones de la motivación de logro y su influencia en rendimiento académico de estudiantes de preparatoria. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 1(3), 73-83.
- Biddle, S., Cavill, N. y Sallis, J. (1998). Marco de políticas para jóvenes y Actividad física que mejora la salud. En S. Biddle, J. Sallis y N. Cavill (Eds.), *¿Joven y activo? Los jóvenes y la actividad física beneficiosa para la salud: pruebas e implicaciones* (págs. 3-16). Londres: Autoridad de Educación para la Salud.
- Cabello, A., Moyano, M., & Tabernero, C. (2018). Procesos psicosociales en Educación Física: actitudes, estrategias y clima motivacional percibido. *Retos*, 34, 19-24.
- Cox, A. E., Smith, A. L. y Williams, L. (2008). Change in physical education motivation and physical activity behavior during middle school. *Journal of Adolescent Health*, 43, 506- 513.
- Elliot, DS (1993). Mejora la salud y compromete la salud estilos de vida En S. G. Millstein, A. C. Petersen & E. O. Nightingale (Eds.), *Promoción de la salud de los adolescentes. Nuevas direcciones para el siglo XXI* (págs. 119-150). Oxford, Inglaterra: Prensa de la Universidad de Oxford.
- Ferrer, E. y Weis, M. R. (2000). Predictores de la motivación intrínseca entre AdolescentesEstudiantes de Educación Física. *Investigación trimestral para el Ejercicio y el Deporte*, 71, 267-279.
- Marshall, J. (2010). *Motivación y emoción*. México D.F.: Mc Graw Hill.
- Ruiz, F. (2005). Relación entre la motivación de logro académico, la autoeficacia y la disposición para la realización de una tesis. *Revista de la Facultad de Psicología de la Universidad deLima*. N° 8, p. 221. Lima. Fondo Editorial Universidad de Lima.
- Torre, E. (1998). La actividad físico-deportiva extraescolar y su interrelación con el área de EF en el alumnado de enseñanzas medias. Granada: U. de Granada. Tesis doctoral inédita.
- González, D., Martínez, A., Gómez-Rijo, A., y Moreno, J. A. (2010). La motivación auto determinada en la actividad física y el deporte: Propuesta de intervenciónpráctica. En J. A. Moreno y E. Cervelló (Eds.), *Motivación en la actividad física y el deporte* (pp. 151-170). Sevilla: Wanceulen.
- Granero, A., Baen, A., Pérez F, Ortiz M., y Bracho Amador, C. (2012). Análisis de perfiles motivacionales de satisfacción e importancia del ejercicio físico. Educación en adolescentes de secundaria. *Revista de Medicina y Ciencias del Deporte*, 11(4), 614-623.
- Cabello, Moyano y Urbieto, C. (2018). Procesos psicosociales en Educación Física: actitudes, estrategias y clima motivacional percibido (Psychosocial processes in Physical Education: attitudes, strategies, and perceived motivational climate). *Retos*, 34, 19-24. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i34.57668>