



González-Gutiérrez, I.; López-García, S.; Barcala-Furelos, M.; Mecías-Calvo, M.; Navarro-Patón, R. (2024). Title. *Journal of Sport and Health Research.* 17(1):73-86. <https://doi.org/10.58727/jshr.108418>

Original

PERCEPCIÓN DEL ALUMNADO SOBRE LA INFLUENCIA DEL PROFESORADO DE EDUCACIÓN FÍSICA EN LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA EXTRAESCOLAR. UN ESTUDIO DESCRIPTIVO EN FUNCIÓN DEL GÉNERO Y LA ETAPA EDUCATIVA

STUDENTS' PERCEPTION OF THE INFLUENCE OF PHYSICAL EDUCATION TEACHERS ON THE PRACTICE OF EXTRACURRICULAR PHYSICAL ACTIVITY. A DESCRIPTIVE STUDY ACCORDING TO GENDER AND EDUCATIONAL STAGE

González-Gutiérrez, Iván^{1,2}; López-García, Sergio¹; Barcala-Furelos, Martín^{2,3}; Mecías-Calvo, Marcos⁴; Navarro-Patón, Rubén⁴

¹Faculty of Education, Pontifical University of Salamanca, 37007 Salamanca, Spain

² Faculty of Social and Human Sciences, Universidad Europea del Atlántico, 39011 Santander, Spain

³Faculty of Health Sciences, Universidad Europea del Atlántico, 39011 Santander, Spain

⁴Faculty of Teacher Training, Universidade de Santiago de Compostela, 27001 Lugo, Spain

Correspondence to:

Marcos Mecías-Calvo

Universidade de Santiago de Compostela
Avda. de Ramón Ferreiro, s/n, 27002, Lugo
marcos.mecias@usc.es

*Edited by: D.A.A. Scientific Section
Martos (Spain)*



Received: 11/07/2024
Accepted: 23/07/2024



¿INFLUYE EL PROFESORADO DE EDUCACIÓN FÍSICA EN LA INTENCIÓN DE PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA EXTRACURRICULAR? ESTUDIO DE LA PERCEPCIÓN DEL ALUMNADO EN FUNCIÓN DEL GÉNERO Y LA ETAPA EDUCATIVA.

RESUMEN

Las tasas de abandono de la actividad física, especialmente en la adolescencia, siguen aumentando. Muchos factores pueden influir en este aspecto, pero el profesorado y la percepción del beneficio de la Educación Física (EF) escolar puede ser un factor decisivo. El propósito de este estudio fue determinar la percepción del alumnado de Educación Primaria (EP) y Educación Secundaria Obligatoria (ESO) de Cantabria sobre la influencia del profesorado y las clases de EF en la práctica deportiva extraescolar. Se empleó un cuestionario *ad hoc* con dos partes diferenciadas: datos sociodemográficos (i.e. género, edad, curso, centro educativo) y 4 preguntas relacionadas con la influencia sobre la práctica deportiva extraescolar. Participaron 1.164 estudiantes de EP ($n = 387$) y ES ($n = 777$), con edades comprendidas entre 10 y 17 años ($M = 12,92$; $SD = 1,92$), de los cuales 590 (50,7%) fueron niñas. Se hallaron diferencias estadísticamente significativas en el factor etapa educativa en “el profesorado de EF te ayuda a interesarte por la actividad físico-deportiva extraescolar” ($p = 0,019$); “las clases de EF motivan e influyen en la práctica de actividad físico-deportiva de tiempo libre” ($p < 0,001$) y “las clases de EF me han sido o me están siendo útiles a la hora de practicar alguna actividad físico-deportiva fuera del centro” ($p < 0,001$); en el factor género no se encontraron diferencias en ninguno de los ítems valorados ($p > 0,05$). El alumnado de EP tiene una mayor percepción de que el profesorado les ayuda a interesarse por la actividad física extraescolar, y que las clases de EF los motivan más y les son útiles a la hora de esta práctica deportiva extraescolar, que el alumnado de ESO. Esta misma tendencia sucede con los niños respecto a las niñas, no se hayan encontrado

Palabras clave: (3-10).

Docente, educación física, actividad física extraescolar, Educación Primaria, Educación Secundaria

DOES PHYSICAL EDUCATION TEACHERS INFLUENCE THE INTENTION TO PRACTICE EXTRACURRICULAR PHYSICAL-SPORTS ACTIVITY? STUDY OF STUDENT PERCEPTION BASED ON GENDER AND EDUCATIONAL STAGE

ABSTRACT

Physical activity dropout rates, especially in adolescence, continue to increase. Many factors can influence this aspect, but teachers and the perception of the benefit of school Physical Education (PE) can be a decisive factor. The purpose of this study was to determine the perception of Primary Education (PrE) and Secondary Education (SE) students in Cantabria regarding the influence of teachers and PE classes on extracurricular sports practice. An *ad hoc* questionnaire was used with two different parts: sociodemographic data (i.e. gender, age, grade, educational center) and 4 questions related to the influence on extracurricular sports practice. 1.164 PrE ($n = 387$) and CSE ($n = 777$) students participated, with an age range between 10 and 17 years ($M = 12,92$; $SD = 1,92$), of which 590 (50,7%) were girls. Statistically significant differences were found in the educational stage factor in “Physical Education teachers help you become interested in physical activity -sports outside of class” ($p = 0,019$); “Physical Education classes motivate and influence the practice of physical-sports activity in free time” ($p < 0,001$) and “Physical Education classes have been or are being useful when practicing some physical-sports activity outside the center” ($p < 0,001$); In the gender factor, no differences were found in any of the items evaluated ($p > 0,05$). PrE students have a greater perception that teachers help them become interested in extracurricular physical activity, and that PE classes motivate them more and are more useful when it comes to this extracurricular sports practice, than do SE students. This same trend occurs with boys compared to girls.

Keywords: (3-10).

Teachers, physical education, extracurricular physical activity, Primary education, Secondary Education



INTRODUCCIÓN

En los últimos años, la evidencia científica ha demostrado los múltiples beneficios del ejercicio físico para la salud y el bienestar general. (Adarve et al., 2019; Reynaga-Estrada et al., 2016). A nivel físico, la actividad física puede tener efectos positivos a corto y medio plazo, como desarrollar el sistema cardiovascular, fortalecer el sistema músculo-esquelético, mejorar la condición física, mantener el peso o reducir la presión arterial (Ortega et al., 2008). A nivel psicológico, la actividad física es igualmente importante porque mejora aspectos como la imagen corporal, el funcionamiento cognitivo y psicológico y el bienestar (Flores Paredes et al., 2019), al mismo tiempo que permite a las personas desarrollarse socialmente, la disminución de pensamientos negativos y así evitar procesos de depresión ansiosa o estrés (González et al., 2019).

Los beneficios de la actividad física son bien conocidos, pero a pesar de ello, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020) afirma que los jóvenes de 12 a 18 años (más del 80%) no cumplen con el rango de actividad física recomendado para su edad (60 minutos por día). En cuanto al tiempo de ocio, la falta de actividad física ha sido sustituida por el uso excesivo de las nuevas tecnologías y pantallas (Fernández et al., 2023), que cada vez aparecen más en la vida de los estudiantes. Por tanto, este estilo de vida tan sedentario conlleva elevados índices de sobrepeso y obesidad y, entre otras cosas, supone un verdadero problema de salud en los países desarrollados (Méndez Alonso et al., 2017), poniendo en peligro la salud física.

Ante este indiscutible problema, los jóvenes deben ser conscientes de la importancia de la actividad física diaria y de las posibles consecuencias de no seguir las recomendaciones diarias (Núñez-Quiroga et al., 2018). En este sentido, la EF escolar juega un papel importante en su prevención (Muñoz González et al., 2019), ya que uno de sus objetivos prioritarios es aprender y adoptar un estilo de vida activo y saludable, haciendo hincapié en la práctica regular de actividades físicas en el tiempo libre (Trigueros-Ramos et al., 2019). Así, la vigente Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOMLOE), se centra en la necesidad de implementar actividades físicas en los centros educativos y entornos escolares y sostiene que su

implementación es fundamental para reducir el sedentarismo (Serena Montañana et al., 2022). Por lo tanto, es particularmente importante que las propias escuelas vean a los docentes y a la EF como promotores y facilitadores de la salud pública, alentando a las personas a desarrollar hábitos de actividad física sostenibles a largo plazo.

En relación con esto último, diversos estudios muestran cómo la EF escolar afecta significativamente al desarrollo físico, social y emocional de los estudiantes (Trigueros et al., 2020). Dentro del apartado físico la EF escolar, tanto en el contexto de la EP como especialmente en la ESO, se considera una herramienta ideal para crear y promover prácticas de actividad saludable entre el alumnado (Caracuel Cáliz et al., 2024). En este sentido, diversos estudios han demostrado que la diversión y satisfacción que experimentan los estudiantes en las clases de EF están estrechamente relacionadas con las intenciones futuras de realizar actividad física (Baena-Extremera et al., 2016; Baños et al., 2019; Franco Álvarez et al., 2016; Granero-Gallegos et al., 2014). Además de ello, Zueck Enríquez et al. (2020) mostraron que los estudiantes con mayor satisfacción con las clases de EF fueron aquellos que practicaban una mayor proporción de actividades físicas en su tiempo libre. Al contrario de lo anterior, Ruiz-Juan et al. (2019) argumentaron que el aburrimiento en las clases de EF es un predictor significativo del abandono de la práctica física durante la adolescencia, que se considera un período crítico para el desarrollo del estilo de vida y la disminución de la motivación para la actividad física y su práctica. Del mismo modo, los estudiantes que realizan actividades físicas de forma prolongada y regular en su tiempo libre muestran más pertenencia e interés por el deporte, lo que pone de relieve la correlación positiva entre la actitud de los estudiantes hacia la EF escolar y su deseo futuro de practicar deporte (Gutiérrez, 2017).

Por otro lado, para promover hábitos de vida saludables y así desarrollar jóvenes físicamente activos, se debe prestar especial atención a la motivación, el disfrute y la diversión en las clases de EF (Feliz De Vargas Viñado & Herrera Mor, 2020; Trigueros-Ramos et al., 2019), pues cuando estos elementos son mayores, se ha demostrado que los estudiantes se toman más en serio la EF escolar y



reportan mayores niveles de práctica deportiva (Muñoz González et al., 2019). La EF escolar se considera un entorno ideal para estimular la motivación intrínseca de los estudiantes, permitiéndoles disfrutar más de la actividad física y participar voluntariamente en actividades deportivas (Van Den Berghe et al., 2014). Para ello, lo aprendido en las clases de EF debe ser directamente transferible y aplicable mediante la participación efectiva en actividades físico-deportivas en el tiempo de ocio (Abarca-Sos et al., 2015).

La figura del profesorado de EF es clave, es crucial porque su papel puede influir en las emociones y experiencias percibidas de los estudiantes o en la motivación y el disfrute de las clases de EF (Deci & Ryan, 2014). El docente de EF debe crear una experiencia emocional y psicológica positiva y beneficiosa en el aula con el fin de desarrollar en el alumnado la confianza personal en sí mismos, promover el autoconocimiento e incrementar la implicación y motivación para continuar con la práctica de actividades físicas. (Baena-Extremera et al., 2014; Huéscar Hernández et al., 2019; Trigueros et al., 2020). Para ello, el profesorado de EF debe crear clases interesantes y generar una atmósfera que promueva la motivación de los estudiantes, las habilidades percibidas y su transferencia a la vida cotidiana (Deci & Ryan, 2014; Franco Álvarez et al., 2024). Al mismo tiempo, esto se puede lograr si los docentes asumen un papel activo y de liderazgo y brindan una interacción y retroalimentación continua con los estudiantes para que comprendan los beneficios psicológicos, cognitivos o sociales y físicos de la práctica de actividades físico deportivas (Trigueros-Ramos et al., 2019). Por ello, el profesorado de EF se ha convertido en una de las partes más importantes para que los estudiantes desarrollen un estilo de vida saludable y realicen ejercicio en su tiempo libre.

En base a todo ello, existe una clara correlación entre el disfrute, la satisfacción y la diversión en las clases de EF y los estudiantes que realizan actividades físicas en su tiempo libre (Zueck Enríquez et al., 2020). Si los estudiantes tienen una visión positiva de la EF escolar, esto les llevará a incrementar la actividad física durante su tiempo libre (Baños et al., 2017; Franco Álvarez et al., 2016), manifestándose la relevancia de la EF en la promoción y generación de

estilos de vida activos (Moreno Murcia et al., 2011), ya que, por medio de ella, el alumnado podrá encontrarle utilidad y sentido para su vida diaria (Granero-Gallegos et al., 2012). Por ello, este estudio tuvo como finalidad determinar la percepción del alumnado de EP y ESO de Cantabria (España) sobre la influencia del profesorado y las clases de EF en la práctica deportiva extraescolar, realizando un análisis en función del género y la etapa educativa.

MATERIAL Y MÉTODOS

Diseño del estudio

Se ha realizado un estudio de tipo descriptivo y corte transversal (Ato et al., 2013), incluyendo como variables dependientes las preguntas sobre el pensamiento en relación a la EF y el profesorado, comparándolas en función de las variables independientes del género (niños vs niña) y etapa educativa (EP vs ESO).

Participantes

La muestra fue seleccionada de manera no probabilístico e intencional, según los sujetos a los que se tuvo acceso, de centros públicos y privados de EP y ESO de Cantabria (España). Como criterios de inclusión, para la participación en el estudio fueron: (1) poseer el consentimiento informado, (2) no padecer enfermedad o impedimento físico o psíquico que no permitiese completar el cuestionario, (3) completar completamente el cuestionario.

Diecisiete centros escolares de Cantabria fueron invitados a participar en la investigación (1.212 escolares). 48 escolares fueron excluidos por no completar todas las preguntas del cuestionario. Finalmente, la muestra estuvo compuesta por 1.164 escolares (387 de 5º y 6º de EP y 777 de ESO).

Herramientas

Un cuestionario *ad hoc* dividido en dos bloques (bloque 1 [datos sociodemográficos; 4 ítems (género, edad, curso y centro educativo)]; bloque 2 (pensamiento sobre la influencia del profesorado y las clases de EF en la práctica deportiva extraescolar; 4 ítems) fue utilizado para la recolección de datos de este estudio. El rango posible de valores para los ítems del bloque 2, fue de 1 – 4, siendo 1 muy en desacuerdo y 4 muy de acuerdo.



Procedimiento

En primer lugar, se contactó con la dirección de 17 centros educativos de Cantabria y se les informó sobre el propósito del estudio. A continuación, el investigador principal se puso en contacto con el profesorado de EF del centro que aceptaron participar en el estudio y les explicó el objetivo del estudio y las instrucciones para que el alumnado respondiera el cuestionario. Luego, los padres o tutores de los estudiantes recibieron una declaración de consentimiento informado que describía el propósito del estudio y los procedimientos en los que participarán sus hijos (recopilación de datos, métodos de análisis y uso de la información recopilada), la naturaleza de la confidencialidad, la naturaleza voluntaria de participación y las circunstancias en las que sus hijos serán considerados.

Después de obtener formularios de consentimiento firmados por los padres o tutores para que los estudiantes participaran en el estudio, los cuestionarios se completaron en las clases de EF sin profesores presentes para evitar sesgos en las respuestas de los estudiantes. Los estudiantes tuvieron 25 minutos para responder el cuestionario y resolver cualquier pregunta que surgiera mientras completaban el cuestionario. Los responsables del estudio utilizaron los mismos procedimientos en todos los centros educativos.

El estudio ha cumplido en todo momento los principios de la Declaración de Helsinki (The World Medical Association, 2013). La investigación fue aprobada por el Comité de Ética de la Universidad Europea del Atlántico, con el código CEI21_2022.

Análisis estadístico

Para el análisis estadístico de este estudio se utilizó el paquete de software estadístico IBM SPSS Statistics para Windows versión 25.0. Armonk, NY: IBM Corp, con un nivel de significación estadística establecido en $p < 0.05$. Los datos cuantitativos se expresan en medidas de tendencia central (Media; Desviación estándar) y los cualitativos en frecuencias. La prueba Kolmogorov-Smirnov fue usada, en primer lugar, para la comprobación de que los datos seguían una distribución normal.

Para conocer el posible efecto de la etapa educativa (EP vs. ESO) y el género (niño; niña) sobre las variables del cuestionario [el profesorado de EF te ayuda a interesarte por la actividad físico-deportiva extraescolar (IPAFDE); el profesorado de EF motiva y anima al alumnado a practicar actividad físico-deportiva fuera de clase (AMPAFDE); las clases de EF motivan e influyen en la práctica de actividad físico-deportiva de tiempo libre (IEFAFDE); las clases de EF me han sido o me están siendo útiles a la hora practicar alguna actividad físico-deportiva fuera del centro (UEFAFDE)] se efectuó mediante un análisis de varianza multivariado (MANOVA), y la interacción entre ambos factores se calculó mediante el estadístico de Bonferroni. Para conocer el tamaño del efecto, se utilizó eta al cuadrado (η^2).

RESULTADOS

Un total de 1.164 escolares de EP (387) y ESO (777), de entre 10 y 17 años ($M = 12,92$; $DE = 1,92$), contestaron a todas las preguntas del cuestionario. 590 (50,7%) fueron niñas y 574 (49,3%) fueron niños. La distribución por cursos fue el siguiente: 5º de EP (203; 17,4%); 6º de EP (183; 15,7%); 1º ESO (205; 17,6%); 2º ESO (216; 18,6%); 3º ESO (184 15,8%); 4º ESO (173; 14,9%).

TABLA 1. Resultados de las creencias del alumnado sobre la influencia ejercida por el profesorado para la práctica deportiva extraescolar en base a la etapa educativa

	Educación Primaria	Educación Secundaria
El actual profesorado de EF te ayuda a interesarte por la actividad físico-deportiva de tiempo libre (1-4)	3.08 ± 0.92	2.94 ± 0.91
El profesorado de EF motiva y anima al alumnado a practicar actividad físico-deportiva fuera de clase (1-4)	3.00 ± 0.94	3.00 ± 0.92
Las clases de EF motivan e influyen en la práctica de actividad físico-deportiva de tiempo libre (1-4)	3.20 ± 0.87	2.94 ± 0.90
Las clases de EF me han sido o me están siendo útiles a la hora practicar alguna actividad físico-deportiva fuera del centro (1-4)	3.24 ± 0.91	2.78 ± 1.00

Nota: Los datos se presentan como medias \pm Desviación estándar



Los resultados del MANOVA, en función del factor etapa educativa (tabla 1), indican que existen diferencias significativas en “el actual profesorado de EF te ayuda a interesarte por la actividad físico-deportiva de tiempo libre” [$F(1, 1160) = 5,508$, $p = 0,019$, $\eta^2 = 0,005$]; en “las clases de EF motivan e influyen en la práctica de actividad físico-deportiva de tiempo libre” [$F(1, 1160) = 21,503$, $p < 0,001$, $\eta^2 = 0,018$]; en “Las clases de EF me han sido o me están siendo útiles a la hora practicar alguna actividad físico-deportiva fuera del centro” [$F(1, 1160) = 53,894$, $p < 0,001$, $\eta^2 = 0,047$]. En todas las variables estudiadas, el alumnado de EP tiene una mayor percepción, que el alumnado de ESO, de que el profesorado les ayuda a interesarse por la actividad física extraescolar, así como que las clases de EF los motivan más y les son útiles a la hora de esta práctica deportiva extraescolar.

TABLA 2. Resultados de las creencias del alumnado sobre la influencia ejercida por el profesorado para la práctica deportiva extraescolar en base al género

	Niños	Niñas
El actual profesorado de EF te ayuda a interesarte por la actividad físico-deportiva de tiempo libre (1-4)	3.02 ± 0.91	2.95 ± 0.09
El profesorado de EF motiva y anima al alumnado a practicar actividad físico-deportiva fuera de clase (1-4)	3.00 ± 0.95	3.00 ± 0.90
Las clases de EF motivan e influyen en la práctica de actividad físico-deportiva de tiempo libre (1-4)	3.06 ± 0.90	2.98 ± 0.90
Las clases de EF me han sido o me están siendo útiles a la hora practicar alguna actividad físico-deportiva fuera del centro (1-4)	3.00 ± 0.97	2.86 ± 1.02

Nota: Los datos se presentan como medias \pm Desviación estándar

Los resultados del MANOVA, en función del factor género (tabla 2), indican que no existen diferencias significativas en ninguno de los ítems estudiados [i.e. “el actual profesorado de EF te ayuda a interesarte por la actividad físico-deportiva de tiempo libre” ($p = 0,740$); “el profesorado de EF motiva y anima al

alumnado a practicar actividad físico-deportiva fuera de clase” ($p = 0,533$); “las clases de EF motivan e influyen en la práctica de actividad físico-deportiva de tiempo libre” ($p = 0,321$); “las clases de EF me han sido o me están siendo útiles a la hora practicar alguna actividad físico-deportiva fuera del centro” ($p = 0,142$)]. Aunque no existen diferencias significativas, la percepción de los niños sobre la influencia ejercida por el profesorado y las clases de EF para la práctica deportiva extraescolar es mayor que en las niñas.

TABLA 3. Resultados de las creencias del alumnado sobre la influencia ejercida por el profesorado para la práctica deportiva extraescolar en función del género y la etapa educativa

	Educación Primaria		Educación Secundaria	
	Niños (n=177)	Niñas (n = 210)	Niños (n=397)	Niñas (n = 380)
El actual profesorado de EF te ayuda a interesarte por la actividad físico-deportiva de tiempo libre (1-4)	3.00 ± 0.93	3.14 ± 0.90	3.02 ± 0.90	2.85 ± 0.92
El profesorado de EF motiva y anima al alumnado a practicar actividad físico-deportiva fuera de clase (1-4)	2.91 ± 0.99	3.07 ± 0.89	3.04 ± 0.93	2.96 ± 0.91
Las clases de EF motivan e influyen en la práctica de actividad físico-deportiva de tiempo libre (1-4)	3.16 ± 0.88	3.22 ± 0.86	3.02 ± 0.91	2.85 ± 0.89
Las clases de EF me han sido o me están siendo útiles a la hora practicar alguna actividad físico-deportiva fuera del centro (1-4)	3.18 ± 0.89	3.28 ± 0.93	2.91 ± 0.99	2.63 ± 1.00

Nota: Los datos se presentan como medias \pm Desviación estándar

Respecto a la interacción de ambos factores (tabla 3), existen diferencias significativas en “el actual



profesorado de EF te ayuda a interesarte por la actividad físico-deportiva de tiempo libre” [F (1, 1160) = 7,470, p = 0,006, η^2 = 0,006]; respecto a esta afirmación las niñas de ESO perciben una influencia menor del profesorado en este ámbito que los niños de ESO (p = 0,008) y las niñas de EP (p < 0,001).

En cuanto a la afirmación “las clases de EF motivan e influyen en la práctica de actividad físico-deportiva de tiempo libre” [F (1, 1160) = 4,209, p = 0,040, η^2 = 0,004], nuevamente las niñas de ESO vuelven a estar menos de acuerdo en esta afirmación que los niños de ESO (p = 0,008) y que las niñas de EP (p < 0,001).

Por último, respecto al ítem “las clases de EF me han sido o me están siendo útiles a la hora practicar alguna actividad físico-deportiva fuera del centro” [F (1, 1160) = 9,654, p = 0,002, η^2 = 0,008], son las niñas de ESO las que están menos de acuerdo con esta afirmación respecto a los niños de ESO (p < 0,001), y respecto a las niñas de EP (p < 0,001). A su vez, los niños de ESO están menos de acuerdo en esta afirmación que los niños de EP (p = 0,002).

DISCUSIÓN

El objetivo de este estudio fue conocer la percepción del alumnado de EP y ESO de Cantabria (España) sobre la influencia del profesorado y las clases de EF recibidas en la intención de práctica deportiva extraescolar, en función del género y la etapa educativa.

A partir de los resultados de este estudio, se puede observar que los estudiantes son muy conscientes de la influencia de los profesores y de la educación física escolar en el deseo de realizar actividades físicas en su tiempo libre. Este aspecto puede deberse al elevado nivel de motivación que genera la EF en el alumnado (Aznar Ballesta & Vernetta, 2022), y la valoración positiva hacia la misma (Lago-Ballesteros et al., 2018). El énfasis del alumnado en la EF es crucial para crear un estilo de vida activo, ya que existe una conexión significativa entre esta materia y el hábito de realizar actividades físicas regularmente (Trigueros-Ramos et al., 2019). En este sentido, se ha revelado que la tendencia a realizar deportes y actividades físicas tiene una correlación directa con la participación de los estudiantes en las clases de EF y la percepción sobre la materia. (Allison et al., 2007; Iturriastillo Urteaga & Yanci Irigoyen, 2016;

Pascual Galiano et al., 2023; Ramos Echazarreta et al., 2007; Yli-Piipari et al., 2009).

En referencia al factor etapa educativa, el alumnado de EP perciben con mayor frecuencia que los de ESO la influencia del profesorado en su disposición a realizar actividades físicas en su tiempo libre. Esto puede deberse a que conforme avanzan los cursos, la percepción favorable de los estudiantes hacia el docente disminuye, hallándose así diferencias entre el alumnado de EP y el de ESO (Cea Morales et al., 2014; Moreno Murcia & Hellín, 2007). En concreto, el estilo utilizado por el profesorado influye y determina la motivación de los estudiantes para realizar actividades físicas fuera del colegio (Bartholomew et al., 2018). En este sentido, para alcanzar un desarrollo motivacional efectivo en el alumnado, Deci & Ryan (2014), hacen referencia a la teoría de la autodeterminación para lograr un desarrollo efectivo de la motivación de los estudiantes. Uno de los supuestos de esta teoría establece que deben satisfacerse las necesidades psicológicas básicas de los estudiantes: competencia, relación y autonomía (Deci & Ryan, 2014). Esto último se considera crítico porque el control excesivo del profesor en las clases de EF puede reducir el disfrute y la motivación de los estudiantes (Trigueros-Ramos et al., 2019). Por lo tanto, el profesorado de EF tiende a crear un entorno que satisfaga estas necesidades, permitiendo así a los estudiantes aumentar la motivación, participar más en el aprendizaje en el aula y desarrollar hábitos de vida saludables (Liu et al., 2020).

Los estudiantes de EP obtuvieron puntuaciones más altas que los estudiantes de ESO en cuanto a si las clases de EF motivan e influyen en los estudiantes para realizar ejercicio físico durante el tiempo libre y la utilidad de las mismas. Estos resultados pueden deberse a una disminución paulatina del nivel de motivación y actitud positiva hacia la EF escolar a medida que los estudiantes crecen (Cárcamo Oyarzún, 2012). De este modo, la motivación de los estudiantes para participar en las clases de EF depende de su disfrute y diversión, siendo significativamente mayor entre los estudiantes más jóvenes, aspecto clave en la búsqueda de un estilo de vida saludable (Baena et al., 2012; Muñoz González et al., 2019; Navarro-Patón et al., 2019). Varios estudios han argumentado que el nivel de disfrute en



las clases de EF del alumnado está directamente relacionado con su mayor disposición a participar en actividades físicas fuera de la escuela (Cox et al., 2008; Granero-Gallegos et al., 2012). Por otro lado, existe una correlación negativa entre la percepción de aburrimiento de los estudiantes en las clases deportivas y las intenciones futuras de participar en actividades físicas (Baños et al., 2019). Así, estos resultados guardan relación con los niveles de diversión en clase de EF, ya que a medida que avanzan los cursos se empleará el juego como principal recurso metodológico, y estilos más abiertos, característicos de EP (Gutiérrez Sanmartín & Pilsa Doménech, 2006). Esto implica una EF más estructurada, cerrada y exigente en el contexto de la ESO (Gómez Rijo et al., 2011), que no generan el mismo impacto motivacional a la hora de influir en la intención de práctica de actividad física extraescolar. Al mismo tiempo, la existencia de climas más afectivos y favorables en el contexto de EP, favorecen una mayor motivación e influencia en el alumnado de esta etapa (Rodríguez-Rodríguez et al., 2017) para poder extrapolar los aprendizajes a su tiempo libre.

En cuanto al factor género, no existen diferencias en ninguna de las variables estudiadas debido, principalmente, al importante avance que se ha conseguido, en los últimos tiempos, en materia de coeducación en el campo educativo de la EF, reduciéndose las diferencias entre géneros (Jiménez Lozano & González-Palomares, 2023). No obstante, aunque no existen diferencias significativas, los niños muestran una percepción más elevada sobre la influencia ejercida por el profesorado y la EF escolar para la práctica de actividad físico-deportiva en su tiempo de ocio que las niñas. Estos resultados se ven respaldados por la percepción y satisfacción menos favorable de las niñas con la EF (Baena-Extremera et al., 2014; Sánchez-Alcaraz et al., 2018). Por tanto, los niños encuentran la EF escolar más amena, divertida y útil que las niñas, lo que se traduce en una menor actividad física en su tiempo libre (Lago-Ballesteros et al., 2018). Por lo tanto, resulta importante crear un clima motivacional elevado y acorde a los intereses de ambos géneros, para que puedan extrapolar sus experiencias positivas en las clases, al contexto físico-deportivo fuera del centro educativo (Trigueros-Ramos et al., 2019). Finalmente, teniendo en cuenta la interacción de

ambos factores, género y etapa, los resultados indican que las niñas de ESO perciben una menor influencia del profesorado, tanto en relación a los niños de esta etapa, como a las niñas de EP. Estos resultados se relacionan directamente con la metodología y los estilos de enseñanza aplicados por el profesorado con diferencias entre la EP y la ESO (Navarro-Patón, Arufe-Giráldez, et al., 2020), con la retroalimentación proporcionada, así como con las relaciones profesor-alumnado establecida, con la intención de que se pueda despertar su interés hacia la EF (Chaverra Fernández et al., 2021). Sin embargo, la motivación ejercida por el profesorado sobre el alumnado se convierte en la principal explicación, ya que el alumnado no se motiva por igual en función del género, hallándose las chicas menos motivadas hacia las clases de EF (Iturriastillo Urteaga & Yanci Irigoyen, 2016; Torres-Luque et al., 2015). Al considerar si las clases de EF motivan e influyen en la disposición de los estudiantes a realizar actividades físicas durante el tiempo libre, las chicas de ESO volvieron a estar menos de acuerdo con esta afirmación que las chicas de EP y los chicos de ESO. Estos hallazgos pueden deberse a la existencia de ciertas conductas disruptivas del alumnado masculino en las clases de EF (Baños et al., 2019; Navarro-Patón, Mecías-Calvo, et al., 2020) y a un número elevado de experiencias negativas por parte de las chicas (Moreno Murcia & Hellín, 2007), sentimientos de incompetencia y bajo concepto en las chicas (López Pastor, 2012) y, muy especialmente, al tipo de contenidos que se abordan dentro de las programaciones de aula. Esto puede deberse a que el profesorado incluye, en su mayoría, contenidos relacionados con la condición física o los deportes colectivos que se ajustan más a las preferencias de los niños (Pascual Galiano et al., 2023; Serena Montañana et al., 2022). Por su parte, en alusión a la utilidad de las clases de EF a la hora de realizar actividad física extraescolar, las niñas de ESO, nuevamente, están menos de acuerdo respecto a las niñas de EP y a los niños de ESO. Este resultado tiene que ver con la presencia de una percepción y valoración menor por parte de las chicas hacia la actividad física y, consecuentemente, una mayor tasa de abandono (Beltrán-Carrillo et al., 2012), especialmente en las edades de ESO (Gómez et al., 2019).



Limitaciones y futuras líneas de investigación.

Como limitaciones del estudio debemos indicar que el tipo de selección de la muestra, por conveniencia e intencional, puede llevar a pensar en un sesgo en la investigación. Por otro lado, la utilización de un cuestionario para la recogida de datos puede no ser la mejor manera de hacerlo ya que, a través de este instrumento, los encuestados pueden verse influenciados a responder lo socialmente esperable. Finalmente, como futuras líneas de investigación, existe una clara necesidad de realizar más investigaciones sobre la influencia del profesorado y las clases de EF teniendo en cuenta las características de los docentes en estas etapas (i.e. docentes noveles vs. expertos, años de experiencia docente, la formación inicial o sexo).

CONCLUSIONES

El alumnado de EP tiene una mayor percepción que el de ESO en que el profesorado les ayuda a interesarse por la actividad físico-deportiva extraescolar, así como que la EF escolar los motivan más y les son útiles a la hora de esta práctica deportiva extraescolar. Esta misma tendencia de mayor intención de práctica sucede con los niños respecto a las niñas.

Las niñas de ESO son las que menos perciben que el profesorado les ayuda a interesarse por la actividad física extraescolar, así como que las clases de EF las motivan más y les son útiles a la hora de practicar actividades deportivas extraescolares, en comparación con las niñas de EP y los niños de ESO.

Por lo argumentado en este estudio, es importante que los profesionales del deporte elijan contenidos satisfactorios, encuentren la motivación de aprendizaje de los estudiantes, se adapten a los recursos y al entorno existentes y se conviertan en promotores e influyentes de la salud.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Abarca-Sos, A., Murillo Pardo, B., Julián Clemente, J. A., Zaragoza Casterad, J., & Generelo Lanaspa, E. (2015). La Educación Física: ¿Una oportunidad para la promoción de la actividad física? (Physical Education: An opportunity to promote physical activity?). *Retos*, 28, 155-159. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i28.34946>
2. Adarve, M. G., Zurita Ortega, F., Gómez Sánchez, V., Padial Ruz, R., & Lara Sánchez, A. J. (2019). Influencia de la práctica de actividad física en el autoconcepto de adolescentes (Influence of the practice of physical activity on the self-concept of adolescents). *Retos*, 36, 342-347. <https://doi.org/10.47197/retos.v36i36.68852>
3. Allison, K. R., Adlaf, E. M., Dwyer, J. J. M., Lysy, D. C., & Irving, H. M. (2007). The Decline in Physical Activity Among Adolescent Students: A Cross-national Comparison. *Canadian Journal of Public Health*, 98(2), 97-100. <https://doi.org/10.1007/BF03404317>
4. Ato, M., López, J. J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038-1059. <https://doi.org/10.6018/analeps.29.3.178511>
5. Aznar Ballesta, A., & Vernetta, M. (2022). Satisfacción e importancia de la Educación Física en centros educativos de secundaria. *Revista Iberoamericana de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 11(2), 44-57. <https://doi.org/10.24310/riccaf.2022.v11i2.15009>
6. Baena, A., Granero-Gallegos, A., Bracho-Amador, C., & Pérez-Quero, F. J. (2012). Spanish Version of the Sport Satisfaction Instrument (SSI) Adapted to Physical Education // Versión española del "Sport Satisfaction Instrument (SSI)" adaptado a la Educación Física. *Revista de Psicodidáctica / Journal of Psychodidactics*, 17(2), 377-395. <https://doi.org/10.1387/RevPsicodidact.4037>
7. Baena-Extremera, A., Gómez-López, M., Granero-Gallegos, A., & Abraldes, J. A. (2014). Motivation, Motivational Climate and Importance of Physical Education. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 132, 37-42. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.04.275>



8. Baena-Extremera, A., Granero-Gallegos, A., Ponce-de-León-Elizondo, A., Sanz-Arazuri, E., Valdemoros-San-Emeterio, M. D. L. Á., & Martínez-Molina, M. (2016). Factores psicológicos relacionados con las clases de educación física como predictores de la intención de la práctica de actividad física en el tiempo libre en estudiantes. *Ciência & Saúde Coletiva*, 21(4), 1105-1112. <https://doi.org/10.1590/1413-81232015214.07742015>
9. Baños, R., Barretos-Ruvalcaba, M., & Baena-Extremera, A. (2019). Protocolo de estudio de las variables académicas, psicológicas y de actividad física que influyen en el rendimiento académico de adolescentes mexicanos y españoles | Protocol for the study of the academic, psychological and physical activity variables that influence the academic performance of Mexican and Spanish adolescents. *Espiral. Cuadernos del profesorado*, 12(25), 89-99. <https://doi.org/10.25115/ecp.v12i25.2480>
10. Baños, R., Ortiz-Camacho, M. D. M., Baena-Extremera, A., & Tristán-Rodríguez, J. L. (2017). Satisfacción, motivación y rendimiento académico en estudiantes de Secundaria y Bachillerato: Antecedentes, diseño, metodología y propuesta de análisis para un trabajo de investigación. *Espiral. Cuadernos del profesorado*, 10(20), 40-50. <https://doi.org/10.25115/ecp.v10i20.1011>
11. Bartholomew, K. J., Ntoumanis, N., Mouratidis, A., Katartzi, E., Thøgersen-Ntoumani, C., & Vlachopoulos, S. (2018). Beware of your teaching style: A school-year long investigation of controlling teaching and student motivational experiences. *Learning and Instruction*, 53, 50-63. <https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2017.07.006>
12. Beltrán-Carrillo, V. J., Devís-Devís, J., & Peiró-Velert, C. (2012). Actividad física y sedentarismo en adolescentes de la Comunidad Valenciana. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 12(45), 122-137.
13. Caracuel Cáliz, R. F., Ramírez Arrabal, V., Cepero González, M. del M., & García Pérez, A. (2024). Relación entre la condición física y hábitos sedentarios de estudiantes de 6º de primaria en la clase de educación física. *Journal of Sport and Health Research*, 16(1), Article 1. <https://doi.org/10.58727/jshr.99448>
14. Cárcamo Oyarzún, J. (2012). El profesor de Educación Física desde la perspectiva de los escolares. *Estudios Pedagógicos (Valdivia)*, 38(1), 105-119. <https://doi.org/10.4067/S0718-07052012000100006>
15. Cea Morales, S., Véliz Véliz, C., Aravena Garrido, C., & Maureira Cid, F. (2014). Percepción de los estudiantes de educación física de la UISEK de Chile hacia sus profesores. *Cuadernos de Psicología Del Deporte*, 14(1), 23-28. <https://doi.org/10.4321/S1578-84232014000100003>
16. Chaverra Fernández, B., Moreno Pérez, S., & López López, D. A. (2021). La educación física desde la perspectiva de los estudiantes. Un estudio de caso. *Revista Ciencias de la Actividad Física*, 22(2), 1-12. <https://doi.org/10.29035/rcaf.22.2.7>
17. Cox, A. E., Smith, A. L., & Williams, L. (2008). Change in Physical Education Motivation and Physical Activity Behavior during Middle School. *Journal of Adolescent Health*, 43(5), 506-513. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2008.04.020>
18. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2014). Autonomy and Need Satisfaction in Close Relationships: Relationships Motivation Theory. En N. Weinstein (Ed.), *Human Motivation and Interpersonal Relationships* (pp. 53-73). Springer Netherlands. https://doi.org/10.1007/978-94-017-8542-6_3



19. Feliz De Vargas Viñado, J., & Herrera Mor, E. M. (2020). Motivación hacia la Educación Física y actividad física habitual en adolescentes. *Ágora para la Educación Física y el Deporte*, 22, 187-208. <https://doi.org/10.24197/aefd.0.2020.187-208>
20. Fernández, J., Torres Luque, G., & Cañada, F. (2023). Influencia de la práctica deportiva sobre parámetros saludables en deporte federado extraescolar. *Journal of Sport and Health Research*, 15(3), Article 3. <https://doi.org/10.58727/jshr.94386>
21. Flores Paredes, A., Pino Vanegas, Y. M., & Villamar Barriga, M. Ó. (2019). Actividad física y su relación con el sobrepeso y obesidad en docentes de la Universidad Nacional del Altiplano Puno 2017. *Sportis. Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*, 6(1), 61-79. <https://doi.org/10.17979/sportis.2020.6.1.3448>
22. Franco Álvarez, E., Coterón López, J., & Pérez-Tejero, J. (2016). Intención de ser físicamente activos entre estudiantes de ef: Diferencias según la obligatoriedad de la enseñanza. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, 414, 39-51. <https://doi.org/10.55166/reefd.v0i414.479>
23. Franco Álvarez, E., González-Peña, A., & Coterón, J. (2024). Conductas docentes percibidas y compromiso del alumnado en clase de educación física. *Journal of Sport and Health Research*, 16(Supl. 1), Article Supl. 1. <https://doi.org/10.58727/jshr.103519>
24. Gómez Rijo, A., Gámez Medina, S., & Martínez Herráez, I. (2011). *Efectos del género y la etapa educativa del estudiante sobre la satisfacción y la desmotivación en Educación Física durante la educación obligatoria*. 13(2), 183-195.
25. Gómez, S. F., Lorenzo, L., Ribes, C., & Homs, C. (2019). *Estudio PASOS 2019. Actividad Física, Sedentarismo y Obesidad en jóvenes españoles*. Gasol Fundation. https://www.observatoriodelainfancia.es/olia/esp/documentos_ficha.aspx?id=5939
26. González, J., Cayuela, D., & López-Mora, C. (2019). Prosocialidad, educación física e inteligencia emocional en la escuela. *Journal of Sport and Health Research*, 11(1), Article 1. <https://recyt.fecyt.es/index.php/JSHR/article/view/80845>
27. Granero-Gallegos, A., Baena-Extremera, A., Pérez-Quero, F. J., Ortiz-Camacho, M. M., & Bracho-Amador, C. (2012). Analysis of Motivational Profiles of Satisfaction and Importance of Physical Education in High School Adolescents. *Journal of Sports Science & Medicine*, 11(4), 614-623.
28. Granero-Gallegos, A., Baena-Extremera, A., Sánchez-Fuentes, J. A., & 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), Article 2.
29. Gutiérrez, M. (2017). Efecto de las actitudes hacia la Educación Física sobre los motivos de práctica deportiva fuera del horario escolar. *Sportis*, 3(1), 123-140. <https://doi.org/10.17979/sportis.2017.3.1.1747>
30. Gutiérrez Sanmartín, M., & Pilosa Doménech, C. (2006). *Actitudes de los alumnos hacia la Educación Física y sus profesores*. <https://repositorio.uam.es/handle/10486/3631>
31. Huéscar Hernández, E., Moreno-Murcia, J. A., Ruiz González, L., & León González, J. (2019). Motivational Profiles of High School Physical Education Students: The Role of Controlling Teacher Behavior. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(10), 1714. <https://doi.org/10.3390/ijerph16101714>
32. Iturriastillo Urteaga, A., & Yanci Irigoyen, J. (2016). El nivel del disfrute con la actividad



- física en adolescentes: Educación física vs. Actividad física extraescolar. *EmásF: revista digital de educación física*, 39, 30-47.
33. Jiménez Lozano, S., & González-Palomares, A. (2023). “ODS 5. Igualdad de género” y Educación Física: Propuesta de intervención mediante los deportes alternativos (“SDG 5. Gender equality” and Physical Education: a proposal for intervention through alternative sports). *Retos*, 49, 595-602. <https://doi.org/10.47197/retos.v49.95791>
34. Lago-Ballesteros, J., Navarro-Patón, R., & Peixoto-Pino, L. (2018). Pensamiento y actitudes del alumnado de Educación Primaria hacia la asignatura y el maestro de Educación Física. *Sportis. Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*, 4(2), Article 2. <https://doi.org/10.17979/sportis.2018.4.2.2121>
35. Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. (2020). *Boletín Oficial del Estado*, 340. <https://www.boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-2020-17264>
36. Liu, W. C., Wang, C. K. J., Reeve, J., Kee, Y. H., & Chian, L. K. (2020). What Determines Teachers' Use of Motivational Strategies in the Classrooms? A Self-Determination Theory Perspective. *Journal of Education*, 200(3), 185-195. <https://doi.org/10.1177/0022057419881171>
37. López Pastor, V. M. (2012). Didáctica de la educación física, desigualdad y transformación social. *Estudios Pedagógicos (Valdivia)*, 38(especial), 155-176. <https://doi.org/10.4067/S0718-07052012000400009>
38. Méndez Alonso, D., Pérez Pueyo, A., Méndez Giménez, A., Fernández Río, F. J., & Prieto Saborit, J. A. (2017). Análisis del desarrollo curricular de la Educación Física en la Enseñanza Secundaria Obligatoria: Comparación de los currículos autonómicos (Analysis of curriculum development of Physical Education in Secondary Education: Comparison of regional curricula). *Retos*, 31, 82-87. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i31.42577>
39. Moreno Murcia, 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.
40. Moreno Murcia, J. A., Zomeño Álvarez, T., & Marín de Oliveira, L. M. (2011). Percepción de la utilidad e importancia de la educación física según la motivación generada por el docente. *Revista de Educación*, 362. <https://doi.org/10.4438/1988-592X-RE-2011-362-165>
41. Muñoz González, V., Gómez-López, M., & Granero-Gallegos, A. (2019). Relación entre la satisfacción con las clases de Educación Física, su importancia y utilidad y la intención de práctica del alumnado de Educación Secundaria Obligatoria. *Revista Complutense de Educación*, 30(2), Article 2. <https://doi.org/10.5209/RCED.57678>
42. Navarro-Patón, R., Arufe-Giráldez, V., Mecías-Calvo, M., & Lago-Ballesteros, J. (2020). Análisis de las preferencias metodológicas del profesorado gallego de Educación Física en función del género y los años de experiencia docente. *Publicaciones*, 50(3), 163-193. <https://doi.org/10.30827/publicaciones.v50i3.15775>
43. Navarro-Patón, R., Lago-Ballesteros, J., Basanta-Camiño, S., & Arufe-Giraldez, V. (2019). Relation between motivation and enjoyment in physical education classes in children from 10 to 12 years old. *Journal of Human Sport and Exercise*, 14(3). <https://doi.org/10.14198/jhse.2019.143.04>
44. Navarro-Patón, R., Mecías-Calvo, M., Gili-Roig, C., & Rodríguez-Fernández, J. E. (2020). Disruptive behaviours in Physical Education classes: A descriptive research in compulsory



- education. *Journal of Human Sport and Exercise*, 17(3). <https://doi.org/10.14198/jhse.2022.173.03>
45. Núñez-Quiroga, J. I., Zurita-Ortega, F., Ramírez-Granizo, I., Lozano-Sánchez, A. M., Puertas-Molero, P., & Ubago-Jiménez, J. L. (2018). Análisis de la relación entre los hábitos físico-saludables y la dieta con la obesidad en escolares de tercer ciclo de Primaria de la Provincia de Granada (Analysis of the relationship between physical-healthy habits and diet with obesity in primary scho. *Retos*, 35, 31-35. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i35.60727>
46. Organización Mundial de la Salud. (2020). *Directrices de la OMS sobre actividad física y hábitos sedentarios: De un vistazo*. <https://www.who.int/es/publications/item/9789240014886>
47. Ortega, F. B., Ruiz, J. R., Castillo, M. J., & Sjöström, M. (2008). Physical fitness in childhood and adolescence: A powerful marker of health. *International Journal of Obesity*, 32(1), 1-11. <https://doi.org/10.1038/sj.ijo.0803774>
48. Pascual Galiano, M. T., Vega Ramírez, L. M., & Ávalos Ramos, M. A. (2023). Rol del Profesorado de Educación Física en la Práctica de Actividad Física-Deportiva Extraescolar según Estudiantes Universitarios (Role of Physical Education Teachers on the Practice of Out-Of-School Physical-Sports Activity according to University Students). *Retos*, 49, 314-321. <https://doi.org/10.47197/retos.v49.97631>
49. Ramos Echazarreta, R., Valdemoros San Emeterio, M. Á., Sanz Arazur, E., & Ponce de León Elizondo, A. (2007). La influencia de los profesores sobre el ocio físico deportivo de los jóvenes: Percepción de los agentes educativos más cercanos a ellos. *Profesorado, Revista de Currículum y Formación del Profesorado*, 11(2), Article 2.
50. Reynaga-Estrada, P., Arévalo Vázquez, E. I., Verdesoto Gáleas, Á. M., Jiménez Ortega, I. M., Preciado Serrano, M. D. L., & Morales Acosta, J. J. (2016). Beneficios psicológicos de la actividad física en el trabajo de un centro educativo (Psychological benefits of physical activity in an educational center work). *Retos*, 30, 203-206. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i30.50254>
51. Rodríguez-Rodríguez, F. J., Curilem Gatica, C., Berral de la Rosa, F. J., & Almagia Flores, A. A. (2017). Evaluación de la educación física escolar en Enseñanza Secundaria (Evaluation of physical education in secondary school). *Retos*, 31, 76-81. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i31.49097>
52. Ruiz-Juan, F., Baños, R., Fuentesal-García, J., García-Montes, E., & Baena-Extremera, A. (2019). Análisis transcultural del clima motivacional en alumnado de Costa Rica, México y España. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 19(74). <https://doi.org/10.15366/rimcaf2019.74.011>
53. Sánchez-Alcaraz, B. J., Bejerano-Urrea, A., Valero-Valenzuela, A., Gómez-Mármol, A., & Courel-Ibáñez, J. (2018). Deportividad, disfrute y actitudes hacia la Educación Física de los estudiantes de Educación Secundaria. *Ágora para la Educación Física y el Deporte*, 20(2-3), 319-340. <https://doi.org/10.24197/aefd.2-3.2018.319-340>
54. Serena Montañana, A., González Serrano, M. H., Pérez-Campos, C., & Gómez-Tafalla, A. M. (2022). Análisis de las variables relacionadas con el interés por la Educación Física en el alumnado de educación secundaria: ¿cómo fomentarlo? (Analysis of the variables related to interest in Physical Education in secondary school students: how to foster it?). *Retos*, 46, 378-385. <https://doi.org/10.47197/retos.v46.92585>
55. The World Medical Association. (2013). *Declaración de Helsinki de la AMM – Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos*. <https://www.wma.net/es/policies->



- post/declaracion-de-helsinki-de-la-amm-principios-eticos-para-las-investigaciones-medicas-en-seres-humanos/
56. Torres-Luque, G., Carpio, E., Lara Sánchez, A., & Zagalaz Sánchez, M. L. (2015). Niveles de condición física de escolares de educación primaria en relación a su nivel de actividad física y al género (Fitness levels of elementary school children in relation to gender and level of physical activity). *Retos*, 25, 17-22. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i25.34468>
57. Trigueros, R., Álvarez, J. F., Cangas, A. J., Aguilar-Parra, J. M., Méndez-Aguado, C., Rocamora, P., & López-Liria, R. (2020). Validation of the Scale of Basic Psychological Needs towards Physical Exercise, with the Inclusion of Novelty. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(2), 619. <https://doi.org/10.3390/ijerph17020619>
58. Trigueros-Ramos, R., Navarro Gómez, N., Aguilar-Parra, J. M., & León-Estrada, I. (2019). Influencia del docente de Educación Física sobre la confianza, diversión, la motivación y la intención de ser físicamente activo en la adolescencia. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 19(1), 222-232. <https://doi.org/10.6018/cpd.347631>
59. Van Den Berghe, L., Vansteenkiste, M., Cardon, G., Kirk, D., & Haerens, L. (2014). Research on self-determination in physical education: Key findings and proposals for future research. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 19(1), 97-121. <https://doi.org/10.1080/17408989.2012.732563>
60. Yli-Piipari, S., Watt, A., Jaakkola, T., Liukkonen, J., & Nurmi, J.-E. (2009). Relationships between physical education students' motivational profiles, enjoyment, state anxiety, and self-reported physical activity. *Journal of Sports Science & Medicine*, 8(3), 327-336.
61. Zueck Enríquez, M. del C., Ramírez García, A. A., Rodríguez Villalobos, J. M., & Irigoyen Gutiérrez, H. E. (2020). Satisfacción en las clases de Educación Física y la intencionalidad de ser activo en niños del nivel de primaria (Satisfaction in the Physical Education classroom and intention to be physically active in Primary school children). *Retos*, 37, 33-40. <https://doi.org/10.47197/retos.v37i37.69027>