

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

María del Carmen Zueck Enríquez, Adrián Alonso Ramírez García, Judith Margarita Rodríguez Villalobos, Hugo Eduardo Irigoyen Gutiérrez

Universidad Autónoma de Chihuahua (México)

Resumen. La investigación demuestra la gran influencia de la clase de educación física (EF) en los alumnos del nivel de primaria en sus niveles de satisfacción e intención a la práctica física y que permita una adherencia y estilos de vida saludable. El propósito de este estudio fue identificar el impacto en el grado de satisfacción, intención a la práctica del alumno. Se optó por un enfoque mixto, cuantitativo- cualitativo concurrente en el cual se utiliza una recolección de datos en forma paralela a través de encuestas y observaciones participantes, con un grupo experimental que aplicó un programa de intervención y un grupo testigo con sus actividades normales durante un semestre, para el análisis de los datos se realizó una triangulación múltiple. Se encontró que los niveles de satisfacción, intencionalidad a la práctica fue mayor en los grupos que tuvieron una clase debidamente planeada, El grupo experimental tiene significativamente mayor gusto por la clase ($p < .001$) e intención de ser físicamente activo, en tres de las cinco preguntas se encontraron diferencias significativas en Además de Educación Física me gusta practicar deporte» ($p < .034$), Además de Educación Física formar parte de un club ($p < .024$) y Además de Educación Física mantenerme activo ($p < .020$).

Palabras clave: educación física, programa de intervención, satisfacción, intención a la práctica, adherencia.

Abstract. The present research highlights the great influence of the physical education (PE) subject on primary school students' satisfaction and intention to be physically active, which determines healthy adherence and lifestyle. The purpose of this study was to identify the impact of PE on students' degree of satisfaction and intention to engage in physical activity (PA). We opted for a mixed quantitative-qualitative approach with data being collected both through surveys and observation of participants. An experimental group followed an intervention program, whereas a control group engaged in the pre-established activities during a semester. Multiple triangulation was run for the analysis of the data. The experimental group had significantly greater interest in the class ($p < .001$) and intention to be physically active; significant differences were found in three of the five questions as follows: in Besides Physical Education I like to practice sport ($p < .034$), Besides Physical Education I like to be part of a club ($p < .024$), and Besides Physical Education I like to stay active ($p < .020$).

Key words: Physical education, intervention program, satisfaction, intention to practice, adherence.

Introducción

Enfocar la EF desde una perspectiva sistémica y compleja es una propuesta global que sugiere un currículum de educación física que se ocupe de las experiencias de los estudiantes, desde su participación física, crítica y sociocultural sobre la práctica física y la salud y no sólo del funcionamiento y los efectos de la actividad física en el cuerpo o del cambio de conductas para adoptar un estilo de vida activo (Devís & Beltrán, 2007).

Para analizar la intencionalidad y disfrute de la práctica de la EF, un planteamiento interesante es verla desde la corporeidad que se basa en la conciencia de lo que está sucediendo en el interior de la persona (López, 2013) con acciones pedagógicas para llevar a los estudiantes a expandir el rango de su conciencia sensorio motriz y fortalecer su relación consigo mismo y con el resto del mundo (Castro, 2004). Diseños desde la corporeidad en la EF implica un importante cambio ontológico y un enfoque holístico que trascienda los dualismos cuerpo-mente y cuerpo-espacio; en este sentido aprender a convivir requiere la exploración y la experimentación corporal de valores deseables. Sin embargo la educación en valores es inconsistente en el status educativo, por lo que es muy deseable incorporar valores

positivos desde la corporeidad e integrarlos a estilos de vida saludable (Fernández-Balboa & Prados, 2014).

Hall et al. (2012) refieren que la educación en México ha modificado sus enfoques curriculares, cumpliendo con las demandas socioculturales de la población y las tendencias mundiales, actualmente, la corriente que se emplea (desde 2007) está basada en un enfoque por competencias. En este marco de referencia el programa nacional expresa que las competencias que deben aprender y desarrollar los alumnos, en el nivel educativo básico, son: la corporeidad como manifestación global de la persona, expresión y desarrollo de habilidades y destrezas motrices y el control de la motricidad para el desarrollo de la acción creativa, de aquí que, los docentes de EF son los primeros que deben construir y experimentar su propia corporeidad (Toro, 2013).

Sin embargo, la mayor parte del profesorado de EF ha sido socializado sobre la base de las habilidades motrices, la morfología corporal y el éxito deportivo (Brown, 2005), con una visión orientada a sus experiencias personales que, supone muy frecuentemente hacia una mirada joven y atlética (Martínez, 2005). Esa visión se ve reforzada y reproducida en el escenario de las sociedades posmodernas globalizadas en las que el discurso hegemónico de lo motriz y lo corporal se centra en el rendimiento, el éxito social y el culto al cuerpo (Barbero, 2005), situaciones que demandan re-aprender para brindar al estudiante una EF que no sólo concentre sus esfuerzos en el desarrollo de técnicas motrices, sino que le brinde aprendizajes para la vida.

Desde la corporeidad es posible desarrollar aprendizajes sin juicios, sin comparaciones ni mediciones, con la oportunidad de considerar al estudiante a partir de sus necesidades de escuchar y respetar situaciones en el momento, así como su propio ritmo de desarrollo y respuesta corporal y/o motriz, esto en el ánimo de provocar situaciones de aprendizaje orientadas a al disfrute y a la motivación intrínseca, que según Almagro (2012) ésta motivación genera un compromiso del sujeto con una actividad que le brinda satisfacción, placer, curiosidad y disfrute, lo que hace que la actividad sea un fin por sí misma; la motivación intrínseca tiene la capacidad de predecir la intención de los alumnos de ser físicamente activos (Cuevas, Contreras, Fernández, & González-Martí, 2014).

Se ha encontrado que la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas muestran alto grado de motivación de los alumnos hacia la asignatura de EF, lo que brinda la posibilidad de que practicarán actividad física fuera de su horario lectivo en la escuela y como consecuencia estos alumnos muy seguramente adoptaran hábitos de vida saludables. Los alumnos muestran un gran disfrute respecto a la educación física escolar, un factor significativo de motivación que muestra un compromiso positivo hacia la asignatura (Gråstén, Jaakkola, Liukkonen, Watt, & Yli-Piipari, 2012).

Diversos estudios han mostrado que las actividades de carácter cooperativo en EF desencadenan importantes emociones positivas en los alumnos, de aquí que, estrategias colaborativas que implementen los docentes en sus sesiones de EF, son factores clave para provocar experiencias óptimas que brinden a los alumnos satisfacción y bienestar suficiente para generar adherencia a la práctica física (Navarro-Patón, Rego, & García, 2018). Es apremiante que el docente desarrolle planeaciones didácticas que propongan tareas orientadas al trabajo colaborativo y de relación con los demás, que acerque los contenidos educativos a los intereses del alumnado, promoviendo cierto grado de autonomía en la toma de decisiones y en la ejecución de las propias actividades (Gómez, Hernández, Martínez, & Gámez, 2014).

Por otra parte, respecto al clima motivacional que promueve el docente en el contexto de EF, el clima (tarea) que valora el esfuerzo y el progreso personal del alumno se ha visto relacionado con resultados positivos de índole afectiva como la diversión, de tipo comportamental como la intención de ser físicamente activo (Cecchini, Fernández-Río, & Méndez-Giménez, 2014) y cognitiva como las estrategias de aprendizaje y el esfuerzo (Liukkonen, Barkoukis, Watt, & Jaakkola, 2010). Sin embargo el clima motivacional (ego) que valora criterios de comparación social en las clases de EF se relaciona con consecuencias afectivas negativas como el aburrimiento; comportamentales como la indisciplina (B. Moreno, Jiménez, Gil, Aspano, & Torrero, 2011) y cognitivas como la ansiedad (Coterón-López, Franco, Pérez-Tejero, & Sampedro, 2013).

En esta misma lógica, el desarrollo de un clima motivacional tarea por parte del docente de EF parece ser un aspecto fundamental en el desarrollo del aprendizaje y del progreso inter-individual del alumno; no obstante si se promueve un clima motivacional ego puede traer como consecuencia efectos negativos, como sentir que su progreso depende de la habilidad o rendimiento de sus compañeros. El

desarrollo de aprendizajes en un clima donde el alumno perciba que se evalúa la progresión de su esfuerzo y no a la comparación con sus compañeros, puede lograr además altos rendimientos académicos. Niveles altos de satisfacción académica en un estudiante elevan su autoestima, su bienestar afectivo y psicológico, su permanencia en la escuela, entre otros (García et al., 2015).

Diversos estudios concluyen que la mayoría de los escolares presentarían actitudes positivas hacia la educación física (Fernández, González, Toja, & Carreiro, 2017). Referente a la relación de comparaciones por género, la mayoría de los estudios reportan que los varones presentarían un mayor grado de actitudes favorables hacia la educación física que las damas (Rodríguez-Rodríguez, Curilem, Berral, & Flores, 2017), sin embargo, investigaciones en estos últimos años reportan que no existen diferencias significativas por género. En algunos casos las damas presentarían levemente mayores valoraciones positivas que los varones (Saäfvenbom, Haugen, & Bulie, 2014).

La escuela ofrece múltiples posibilidades para fomentar la práctica habitual de actividad física, constituyendo uno de los lugares más eficaces para cambiar estilos de vida nocivos y promover la salud integral, en edad escolar (Arufe-Giráldez, Barcala-Furelos, & Mateos-Padorno, 2017).

No obstante, el abandono, carencia o poca práctica de actividad física en los niños es algo que suele perdurar durante la adolescencia y en la vida adulta (Espejo-Garcés, Lozano-Sánchez, & Fernández-Revelles, 2017) y como consecuencia diversas enfermedades asociadas al sedentarismo como la obesidad (Espejo-Garcés et al., 2015). Existe un consenso en que, mientras aumenta la edad, las actitudes positivas hacia la educación física disminuyen (Subramaniam & Silverman, 2007). Es indudable como las generaciones actuales son menos activas que las generaciones de sus padres (Zurita-Ortega, Castro-Sánchez, Álvaro-González, Rodríguez Fernández, & Pérez-Cortés, 2016).

En esta lógica resultan apremiantes hacer intervenciones educativas en los jóvenes en el tema de estilos de vida saludables, desde la perspectiva de la práctica de la actividad física como estrategias puntuales de promoción de la salud y prevención de enfermedades (González-Valero et al., 2017). Por lo que resulta apremiante atender las clases de educación física en todo lo que implica calidad en sus procesos, La clase de educación física constituye el único tiempo en el que la mitad de la población infantil realiza algún tipo de actividad física (L. Moreno, Concha, & Kain, 2012).

En el contexto mexicano es escasa la revisión al tema; Hall et al. (2012) evaluaron, en el norte del país, la intensidad y contexto de la clase de educación física antes y después de una capacitación, a estudiantes de licenciatura en actividad física y deporte de la Universidad Autónoma de Baja California; investigación que pone al descubierto la necesidad de continuar explorando el tema en cuestión, para conocer en qué medida se cumplen los propósitos del actual programa nacional de EF

Por ello en el presente estudio se planteó la necesidad de un acercamiento a factores de intencionalidad y satisfacción en la enseñanza y práctica de la educación física que permita describirla, explicarla y comprenderla a partir de: actitudes del maestro, del alumno, planeación didáctica, ambiente de

aprendizaje, infraestructura y materiales.

Método

Participantes

Participaron 208 estudiantes de sexto año de primaria, se consideró un grupo testigo 115 (51 mujeres y 64 hombres) y un grupo experimental 93 (42 mujeres y 51 hombres), inscritos en cuatro escuelas pertenecientes a dos zonas escolares de la ciudad de Chihuahua, seleccionadas a conveniencia para atender a igualdad de características socioeconómicas, contexto escolar, características de alumnos y docentes. Los dos grupos de sexto año de cada escuela tenían ese número de alumnos registrados.

Diseño, de la investigación

Enfoque mixto CUAN + cual, concurrente en el cual se utilizan simultáneamente una recolección de datos en forma paralela.

Cuantitativo

Un estudio cuasi experimental que busca determinar las causas de los fenómenos, generando un sentido de entendimiento de los procesos (El diseño incluye dos grupos, uno recibe el tratamiento experimental y el otro no (grupo control-testigo).

La manipulación de la variable independiente (programa de EF) alcanza dos niveles: presencia y ausencia. Los grupos se asignan de manera no probabilística, muestreo por conveniencia. Cuando concluye la manipulación a ambos grupos se les administra una medición sobre las variables dependientes en estudio (niveles de satisfacción e intención a la práctica)

Cualitativo

Se registraron y analizaron las actividades de la clase de EF, actitudes de los alumnos, trabajo docente y su contexto, mediante una observación participante, durante tres unidades (bloques) en seis meses. Se aplican cuestionarios de práctica y opinión de actividad física personal y familiar a los alumnos al inicio de primer mes.

Instrumentos

Para la medición de la satisfacción en las clases de educación física, se utilizó el Cuestionario «Análisis de la Satisfacción en Educación Física» (CASEF) de la Universidad de Murcia. El cuestionario, fue adaptado a nuestros intereses, considerando el número de ítems a 21. Se analizan lo relacionado con la importancia concedida a la asignatura, las actitudes de los docentes y la práctica de actividades físicas.

Sobre la medición de la intencionalidad de ser físicamente activo, se utilizó el cuestionario Medida de la Intencionalidad para ser físicamente activo (MIFA), creado por Hein, Müür, and Koka (2004), posteriormente fue adaptada al contexto del nivel de primaria por Arias, Castejón, and Yuste (2013). En nuestro estudio se aplicó el instrumento con sus cinco ítems, las respuestas se expresan en una escala tipo Likert de 1 a 4 puntos, en la que 1 corresponde a totalmente en desacuerdo y 4 a totalmente de acuerdo, con una consistencia interna, Alfa de Cronbach. .793

Para conocer la opinión y participación en actividades físicas de los alumnos se aplicó al principio del estudio un

cuestionario de comportamientos, actitudes y valores sobre la actividad físico deportiva y el área de educación física de Delgado and Tercedor (2002). El cuestionario fue adaptado a nuestros intereses, ajustando a 14 ítems de relacionados con la práctica de actividades físicas dentro y fuera de horario escolar, practica de actividad física de la familia, opinión sobre la clase de educación física y 20 ítems de la opinión del docente, con una consistencia interna, Alfa de Cronbach .90

Para el seguimiento de las actividades y actitudes de los alumnos y el trabajo docente se utilizó la guía de observación Kawulich (2005), un formato con un protocolo de observación, principalmente un listado de temáticas y preguntas que guían el proceso de recolección de datos:

Primer parte: instructivo con el listado indicador que el observador debe responder a partir de la situación que observa. Las preguntas más comunes de tipo descriptivo son: infraestructura, materiales didácticos, condiciones del clima, planeación, actitudes del maestro, actitudes de los alumnos, estilos de enseñanza, estrategias pedagógicas. Los puntos sugeridos son una guía, que no exhaustiva, el observador puede identificar aspectos que no se han señalado.

Segunda parte: Instrumento para el registro descriptivo del observador; esta ficha va acompañada registros adicionales que se constituyen sus anexos.

Descripción (observación directa) en cuatro momentos: actividades previas a clase, primera parte de la clase, parte central y cierre de clase.

Programa de intervención: las clases tuvieron como base el Programa de EF vigente (SEP, 2011) y el enfoque de Planificación de Viciano (2002).

- Fases de enseñanza y decisiones a tomar por el docente:
- Diagnóstico
- Decisiones preactivas
- Decisiones interactivas
- Decisiones postactivas

Procedimiento

El estudio contó con la aprobación de las autoridades correspondientes, realizando reuniones, capacitaciones y elaboración de documentos.

• Reuniones de análisis y opiniones de los docentes de escuelas experimentales para la elaboración de planeación consensuada y de escuelas testigo para el planteamiento del proceso de investigación

- Elaboración y pilotaje de encuestas de opinión
- Elaboración de guías estructuradas de observación participante
- Proceso de capacitación de investigadores de observación participante.

El trabajo de campo, sus análisis y la elaboración de informes.

• Al inicio del proceso del estudio se aplicó el cuestionario de comportamientos, actitudes y valores sobre la actividad físico-deportiva con los alumnos de las dos muestras para saber cuan semejantes o diferentes en su actividad física y opiniones de la EF.

• Se aplicó la planeación consensuada en las clases de EF con los grupos experimentales durante los meses de enero-febrero (bloque 3), marzo-abril (bloque 4) y mayo- junio

(bloque 5), mientras que los grupos testigo continuaron con sus actividades cotidianas.

- Se realizó la observación participante de la clase de EF en escuelas de los dos grupos: experimentales y testigo.
- Se aplicaron los cuestionarios de satisfacción y la intencionalidad a la práctica.
- Se analizaron los datos cuantitativos y cualitativos.
- Se realizaron los informes

Plan de análisis de datos

De manera concurrente se recolectan y analizan datos cuantitativos y cualitativos. Durante la interpretación y discusión se terminan de explicar las dos clases de resultados y se efectúan comparaciones.

Cuantitativo

Se calculó estadística descriptiva a través de media y desviación estándar para las variables continuas y se presentaron figuras y porcentajes para las variables discretas. Se realizaron comparaciones entre grupos (experimental y testigo) para los factores de opinión sobre los docentes e intencionalidad de ser físicamente activos con la prueba t-student de muestras independientes, utilizando un valor de significancia de .05 los cálculos se realizaron con el programa estadístico SPSS versión 15.0.

Cualitativo

El proceso implica:

- Se recolectaron los datos de la observación participante
- Se organizaron los datos, transcribieron guías, revisaron los datos (lectura y observación).
- Se establecieron las unidades de análisis.
- Se codificaron las unidades: describir las categorías codificadas del primer nivel conceptualizaciones, definiciones, significados, ejemplos.
- Se codificaron las categorías segundo nivel, agruparon categorías, relacionaron categorías, ejemplificaron temas, patrones y relaciones.
- Se generaron teorías, hipótesis, explicaciones (inferencias), mapa conceptual

Triangulación de resultados

Se realizó una triangulación múltiple como un procedimiento de control, que permitió garantizar la confiabilidad de los resultados de la investigación. Triangulación de: datos, investigadores y métodos.

Triangulación de datos: en el tiempo, se recogieron y analizaron las sesiones de los profesores de educación física en varios momentos de del año escolar y de persona, -en este caso interactivo-, los datos que proporcionaron los docentes, alumnos y sus relaciones de interacción en el medio natural en que se desenvuelven.

Triangulación de investigadores: varios observadores en cada escuela: 21 estudiantes del último semestre de la Facultad de Ciencias de la Cultura Física de la Universidad Autónoma de Chihuahua, eliminando el posible sesgo que pudiera provenir de una sola persona y se aumenta la confiabilidad en las interpretaciones.

Triangulación de métodos: se recolectaron y el analiza-

ron datos cuantitativos y cualitativos, así como su integración y discusión conjunta, que permitió realizar inferencias producto de toda la información recabada (metainferencias) y lograr un mayor entendimiento del fenómeno bajo estudio.

Resultados

Encuesta inicial de los alumnos

En cuanto a la opinión de los alumnos relacionados con la práctica de actividades físicas y opinión sobre la clase de EF se encontraron diferencias significativas en el grupo experimental en las preguntas Te gusta hacer ejercicio ($t = -2.536, gl = 198, p < .012$) y Te gustan las clases de EF ($t = 3.382, gl = 193, p < .001$), no se encontraron diferencias significativas en Practicas actualmente actividad fisica ($t = -.542, gl = 198, p < .589$), Realiza tu padre actividad fisica ($t = -.132, gl = 193, p < 0.895$), Realiza tu madre actividad fisica ($t = -.132, gl = 195, p < .720$), Piensa que EF debería tener más horas ($t = 1.651, gl = 193, p < .100$).

En cuanto a la opinión de sus maestros(a) de EF los alumnos del grupo testigo tienen una mejor percepción de sus docentes en las mayoría de los reactivos, como se puede observar en la tabla 1.

Satisfacción del alumno en la clase de educación física

En cuanto a la satisfacción de los alumnos relacionado con la importancia concedida a la asignatura y la práctica de actividades físicas, se encontraron diferencias en las preguntas: Practica actividad fisica ($t = 2.221, gl = 206, p < .027$), Te gustaría menos horas EF ($t = -3.609, gl = 204, p < .000$) y Te gusta clase de EF ($t = 5.923, gl = 204, p < .000$).

Se cuestionó a los alumnos sobre las asignaturas que más les gusta, en el grupo experimental las tres primeras son: educación física con un 46%, seguida por de ciencias natu-

Tabla 1.
Opinión del alumno de sus docentes de educación física

Preguntas	Grupo Testigo		Grupo Experimental		P
	N	Media ± DE	N	Media ± DE	
1 Asistencia del profesor(a)	103	1.71 ± .847	93	1.43 ± .559	.008
2 Puntualidad del profesor	102	1.57 ± .697	93	1.30 ± .527	.003
3 Ordenado y limpio en presentación personal	101	1.31 ± .543	93	1.15 ± .416	.026
4 Usa uniforme deportivo	103	1.33 ± .632	93	1.10 ± .297	.001
5 Su forma de dar clase, me parece	102	1.52 ± .700	93	1.41 ± .647	.253
6 El profesor nos habla con respeto	103	1.58 ± .748	93	1.33 ± .518	.008
7 El profesor nos alienta y motiva en la clase	102	1.83 ± .891	93	1.47 ± .653	.002
8 Trata mejor a alumnos buenos en deportes	102	1.97 ± 1.094	92	1.58 ± .683	.003
9 Se interesa si tenemos problemas	102	1.82 ± .895	93	1.60 ± .796	.071
10 El profesor platica con nosotros	103	1.94 ± .978	92	1.61 ± .679	.007
11 Organización y dirección de la clase	103	1.55 ± .696	93	1.18 ± .389	.000
12 La clase es divertida	103	1.50 ± .726	93	1.19 ± .557	.001
13 Se preocupa por nuestra seguridad	103	1.79 ± .800	92	1.39 ± .592	.000
14 La convivencia en clase es	99	1.62 ± .752	93	1.41 ± .612	.038
15 El profesor hace que me guste la AF	102	1.50 ± .768	93	1.25 ± .458	.006
16 Nos da clase de cómo cuidar la salud	102	1.97 ± 1.000	93	1.69 ± .737	.027
17 Nos explica sobre alimentación	103	2.54 ± 1.008	92	2.02 ± .889	.000
18 Nos explica hábitos higiénicos	102	2.40 ± 1.137	91	1.86 ± .889	.000
19 Las formas de evaluarlos son	101	1.40 ± .649	101	1.40 ± .649	.171
20 Nos explica claramente cómo califica	103	1.59 ± .834	93	1.20 ± .523	.000

Tabla 2.
Intencionalidad para ser Físicamente Activo, según opinión de los alumnos

Preguntas	Grupo testigo		Grupo experimental		P
	N	Media ± DE	N	Media ± DE	
1 Interés por forma física	115	3.52 ± .799	94	3.64 ± .701	0.269
2 Además de Educación Física me gusta practicar deporte	115	3.45 ± .891	94	3.69 ± .688	0.034
3 Además de Educación Física formar parte de un club	115	3.09 ± 1.073	94	3.40 ± .920	0.024
4 Además de Educación Física mantenerme activo	115	3.41 ± .936	91	3.68 ± .665	0.020
5 Practico deporte en tiempo libre	115	3.03 ± 1.108	94	3.27 ± 1.089	0.132

rales 26% y matemáticas con 10%; por su parte el grupo testigo tuvo preferencia por ciencias naturales en un 38% y en segundo lugar educación física en un 23% y matemáticas con 19%.

Se encontró que los alumnos del grupo experimental mencionaron tener una práctica de actividad física en mayor proporción de Sí (83%) en comparación con el grupo testigo (70%).

Intencionalidad para ser físicamente activo

Opinión de los alumnos con relación a la Intencionalidad para ser Físicamente Activo. Se puede afirmar que el grupo experimental tiene significativamente mayor intención de ser físicamente activo en tres de las cinco preguntas se encontraron diferencias significativas (Tabla 2).

Pregunta 2. Además de EF me gusta practicar deporte ($t = -2.135, gl = 207, p < .034$). Pregunta 3. Además de EF formar parte de un club ($t = -2.267, gl = 207, p < .024$).

Pregunta 4. Además de EF mantenerme activo ($t = -2.349, gl = 204, p < .020$).

Instalaciones y materiales didácticos

Las instalaciones de las escuelas son adecuadas para la realización de las clases de EF ya que cuentan con espacios específicos para ello, en tres cuentan con domo (techado) y además algunas instalaciones alternas. Solo en una de las escuelas -testigo- la cancha no cuenta con domo.

Las escuelas cuentan con material variado para la sesión, solamente que su utilización es diferente, de acuerdo con las actividades que se realizan. En las escuelas testigo es poco el material utilizado en las sesiones, mientras que en las experimentales por las estrategias didácticas utilizadas se necesita un mayor número

Condiciones meteorológicas

El clima es un factor que influye en la sesión, cuando la práctica se realiza en canchas que tienen techado, los alumnos realizan las actividades con mayor agrado.

Contexto de la clase de educación física

La descripción del contexto de la clase se describe en el siguiente esquema (figura 1)

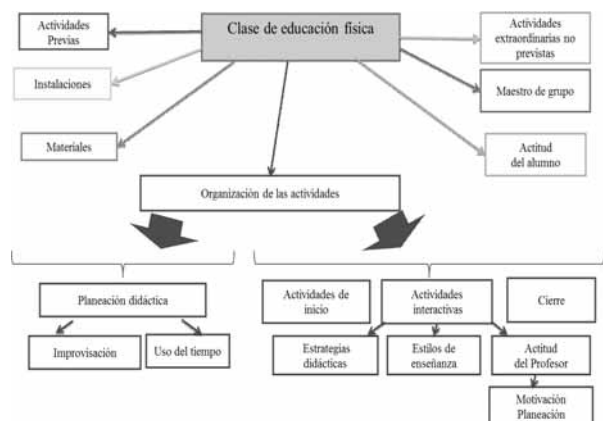


Figura 1. Mapa conceptual de observaciones de las sesiones de educación física.

Actividades extraordinarias, no previstas

En las escuelas testigo se suspende la clase de EF regularmente. En uno de los grupos experimentales se juntan

Tabla 3. Planeación e intervención didáctica en las sesiones clase

Escuelas testigo	Escuelas experimentales
...lo mismo que le dio a 5° grado le dio a 6° grado, no llevaba planeación porque le puso lo mismo a 5° y a 6°	...checcó la planeación, platicó con la maestra de grupo. Repartió a los equipos una hoja con nuevos retos
Dijo que el viernes era libre por eso cada quien hacia lo que deseaba y no hacia planeación para ese día solo de lunes a jueves.	El profesor llevo a cabo la clase correspondiente al bloque IV llamado: en donde hay alegría, hay creación, en la sesión N° 2 juegos modificaos: balón-mano
El profesor de educación física pone una actividad, la cual es jugar futbol, hizo equipos de solo hombres dividiéndolos en 2 equipos y dejando fuera las mujeres.	Los niños sacaron los materiales y algunos documentos ya que la clase anterior se les habían asignado tareas, los alumnos desarrollaron y planearon un torneo de futbol rápido por lo tanto ellos tenían los roles convocatoria y reglamento de dicho evento se dividió al grupo en cuatro equipos en rojo verde naranja y azul y se llevaron a cabo los enfrentamientos en las canchas uno y dos alumnos "arbitraron" los encuentros...

Tabla 4. Estilos de enseñanza de los docentes

Escuelas testigo	Escuelas experimentales
...y su estilo de enseñanza es de mando directo y muchas tareas definidas no deja que el alumno resuelva problemas por sí solo, sigue diciendo que el viernes es clase libre y que les toca el deporte de basquetbol	...porque la maestra les indicaba que debían realizar, pero conforme siguió la clase, se volvió más libre exploración, la maestra les dio a cada uno de los alumnos pelotas de hule y ellos la utilizaron de distintas formas, el objetivo era lograr un estiramiento y calentamiento divertido y diferente.
Al inicio de la clase utilizo el mando directo, pero durante el desarrollo utilizó el de libre exploración.	Los alumnos se ven entusiasmados, el profesor utiliza la asignación de tareas porque da la indicación y deja que los alumnos la realicen a su manera.
Solo era mando directo.	

Tabla 5. Actitudes de los docentes en las sesiones

Escuelas testigo	Escuelas experimentales
La maestra sigue sin planeación, pone la clase como sea, se la pasa hablando por teléfono en plena clase y no tiene mucho control en el grupo no le gusta batallar porque cada niño que se porta mal se lo mandaba a la maestra de grupo que se encontraba en las gradas observando...	...la maestra de educación física con ropa deportiva, tiene una buena actitud para con los alumnos... Les habla muy feo a los niños les grita mucho. Explica la actividad detalladamente. Usa palabras como "ya cállate" y "haz lo que te dé la gana".
Se comunica bien con los alumnos pero los deja solos	El profesor usaba conjunto deportivo, silbato y lentes oscuros. Se veía un poco cansado el profesor y aparte hacía mucho calor y sol. Su actitud es respetuosa, bien dirigida y amena

Tabla 6. Actitud de los alumnos en las sesiones de educación física

Escuelas testigo	Escuelas experimentales
El ejercicio fue: ellos solos donde tenían que botar a toda velocidad hasta el otro extremo de la cancha y haya quedarse mientras su compañero iba por el balón y los demás alumnos esperaban el regreso de su compañero gritaban palabras como "huevoón", "pinchi", "pendejo", etc.	... cómo está realizada esta sesión, por el motivo de que los alumnos andan activos les gusta la clase y realizan los ejercicios correctamente
La mayoría de los niños si disfrutó la clase, pero fue porque están haciendo lo que ellos deseaban. No se puso atención a los alumnos, que no estaban haciendo ningún tipo de práctica deportiva. Los niños mostraban interés en el futbol y las niñas se ve que están totalmente aisladas de las clases.	Hubo excelentes comportamientos de los alumnos Los niños siempre se portaron atentos aunque sí se pudo notar que era un grupo más inquieto pero igual de gustosos por la clase, hubo motivación ya que todos colaboraron con entretención, no hubo ningún percance.

grupos en una sola clase, la clase la atiende un «practicante» sin estar presente el profesor de EF.

Planeación e intervención didáctica

Uno de los objetivos de este estudio es analizar cómo se desarrollan las actividades de EF con una planeación establecida. En las escuelas testigo regularmente no existe una planeación de las sesiones, se improvisa y no hay seguimiento del programa. En las escuelas experimentales previamente se planean tres unidades, con secuencias de trabajo, estrategias didácticas, estilos de enseñanza (tabla 3).

Estilos de enseñanza

En escuelas experimentales las consignas y tareas tienen la intención de que el alumno participe activamente y desarrolle un pensamiento complejo, resolviendo situaciones problemas constantemente planteados, se utilizan preferentemente consignas indirectas y tareas no definidas. Mientras que en las escuelas testigo las actividades son con estilos tradicionales (tabla 4).

Actitud del docente

La actitud que muestran durante la sesión es variada, en las escuelas testigo va muy de acuerdo con las estrategias didácticas y los estilos de enseñanza tradicionales. En las escuelas experimentales hay disposición y actitud para el desarrollo de las actividades (tabla 5).

Actitud del alumno

El gusto de los alumnos por la clase de EF es notorio, independientemente de las condiciones en que se realice, pero en las escuelas experimentales muestran interés y entusiasmo, ya que se les permite participar más activamente, por los estilos de enseñanza menos directivos, el uso de estrategias didácticas diversas. Mientras que en el grupo testigo los alumnos muestran en ocasiones desinterés, apatía y malos comportamientos (tabla 6).

Discusión

Niveles de satisfacción e intención a la práctica y la adherencia

El propósito de este estudio fue identificar el grado de satisfacción, intención a la práctica del alumno mediante la aplicación de un programa de intervención planeado para un ciclo semestral, específico para la clase de EF. En el estudio no se midió la adherencia a la práctica de la actividad física, pero si los niveles de satisfacción e intencionalidad de práctica, que pueden ser predictores de impacto en los niveles de adherencia. Se encontraron diferencias significativas entre los alumnos que participaron en sesiones debidamente programadas (grupo experimental) a las que no lo fueron (grupo testigo). Guillamón, Canto, and López (2019) aseveran que «Ser físicamente activo y tener un mayor nivel de CF podría predecir un autoconcepto más positivo en las etapas infantil y adolescente», (p. 240), por ello los docentes de educación física necesitan realizar planes con objetivos que puedan ser evaluados, como el aumento de las oportunidades de actividad física y la mejora de la condición física de los educandos en las sesiones de la enseñanza obligatoria.

En otros estudios, Gutiérrez-Díaz del Campo et al. (2017) en su investigación acerca, de la motivación y la intención futura de ser físicamente activo en España, Argentina, Colombia y Ecuador, en sus resultados, dicen que tanto la motivación intrínseca como el flow motivacional emergieron como principales predictores de la intención futura de los adolescentes de ser físicamente activos. Vílchez (2013) dice que que la actividad física realizada durante la infancia puede tener efecto sobre la salud en la edad adulta y que la etapa de la adolescencia es considerada como un periodo clave a la hora de que los sujetos se consoliden como practicantes habituales de actividad física.

Encuesta inicial de los alumnos

Importante los resultados de la encuesta inicial sobre la actividad física de los alumnos ya que permitió visualizar las opiniones que tenían los alumnos al inicio de la investigación, se encontraron diferencias entre los dos grupos en temas del gusto por el ejercicio y la clase, pero no en la práctica actual, considerar un incremento de horas para la EF y la práctica de ejercicio de la madre y el padre. De suma importancia el tema de la participación familiar, Grao-Cruces, Loureiro, Fernández-

Martínez, and Mota (2016) en resultados de su estudio acerca de la influencia familiar y amistades en la actividad física del tiempo libre de los alumnos, mencionan la gran importancia del apoyo de los padres para el incremento de los niveles actividad física moderada y vigorosa.

En estudio similar al nuestro Arévalo, De la Cruz-Sánchez, and Feu (2017) para conocer la cantidad de actividad física y la intencionalidad de ser físicamente activos en el futuro que tiene el alumnado de sexto de educación primaria, encontraron diferencias en relación a la intencionalidad de ser físicamente activos en un futuro en la variable de género $p=.001$, el nivel de actividad física de los progenitores $p=.004$, en función de si los progenitores los obligan $p=.027$ y el nivel de actividad física de los amigos $p=.026$.

Satisfacción e intención a la práctica del alumno

La diferencias de opinión de los dos grupos (experimental y testigo) ponen de manifiesto la gran importancia de cómo se concibe y se prepara la clase de educación física, Gil and Martínez (2016) establecen que el tema emocional tiene relevancia para realizar aprendizajes cognitivos y motores y por ello los alumnos de primaria ponen en primer lugar la EF dentro de las materias del currículo, por el disfrute que sienten los alumnos en la sesiones, los maestros deben ser sensibles respecto a las emociones placenteras y positivas de los alumnos y proponer prácticas variadas, motivadoras y que proporcionen aprendizajes auténticos y efectivos. Los resultados del grupo testigo de nuestro estudio son preocupantes en el sentido de la intervención docente, sin una programación adecuada para las actividades, Retamal-Valderrama, Delgado-Floody, Espinoza-Silva, and Jerez-Mayorga (2019) mencionan en su trabajo que una participación ausente de los docentes durante las clases, sin una promoción del esfuerzo ni de práctica de habilidades, en donde un gran porcentaje (68%) destinado a practica libre, por lo cual son los mismos alumnos los que se autorregulan en intensidad y tiempos de actividad.

En otras investigaciones, Baena and Granero (2015) en un estudio comparativo acerca de las actividades de EF relacionándolo con los niveles de satisfacción, encontraron diferencia en las medias entre el grupo experimental y el grupo control en los test en la prueba t-student, en la mayoría de las nueve dimensiones estudiadas: por ejemplo la satisfacción/diversión ($p < .001$) le siguen la competencia ($p < .001$) y la autonomía ($p < .004$)

Meneses and Ruiz (2017) analizan el índice de actividad físico-deportiva en el tiempo libre de estudiantes en Costa Rica, México y España, encuentran bajos porcentajes de alumnado que tengan un nivel de actividad físico-deportiva vigorosa, siendo siempre superior en los hombres que en las mujeres. En los tres países la práctica no es la deseada, en Costa Rica y México, los porcentajes cuya práctica no genera beneficios para la salud casi alcanza el 80%, mientras que en España los porcentajes son del 60%.

Contexto de la sesiones

Hablar de una clase de EF con calidad implican muchos factores: contexto escolar, intervención docente (planeación, intervención didáctica y evaluación), estilos de enseñanza, actitudes de los docentes y alumnos, motivación, Lopez de D'Amico et al. (2018) señalan que para tener una educación

física de calidad debe comprender tiempo para la clase, salud y estilo de vida saludable, contenido diverso, calidad educativa y programa inclusivo. Con cuatro elementos esenciales: un docente de educación física que tenga conocimiento y destrezas pedagógicas, que tenga mucha creatividad y compromiso con su función social, unas instalaciones y equipamiento que sea adecuado, en buen estado y seguras, que las políticas del estado- gobierno contribuyan a la coordinación y colaboración, y además una investigación científica de calidad que esté basada en evidencias.

En el análisis de los resultados de su investigación Ortíz, Allepuz, and Sánchez (2019) sobre el estado actual de la EF, dicen que para exista una docencia de calidad en educación, debe ser innovadora, motivadora y crítica, con metodologías activas que desarrollen competencias, habilidades y destrezas para la vida.

En otros estudios, Aguayo (2010) analiza las prácticas escolares de los educadores físicos en el entorno de la vida cotidiana, particularmente en el espacio de las clases en el patio, al igual que nuestro estudio con los docentes del grupo testigo encuentra una constante planeación- improvisación: 96% de los casos investigados hay una ausencia de redacción de una programación; 6% no cree en ella; 55% la considera innecesaria y 3% confesó sentirse incapaz de realizarla. Cárcamo (2012) menciona que cuando los profesores proporcionan a sus alumnos oportunidades para tomar decisiones, se observan mejores resultados en cuanto a las actitudes favorables hacia la EF que aquellos profesores cuyos métodos no permitían a los alumnos tomar decisiones.

Conclusiones

Importancia del proceso de intervención docente

En la actualidad la clase de EF en la escuela es el único espacio en el los niños y jóvenes realizan actividad física obligatoriamente, por ello debe ser un espacio de movimiento -corporeidad y motricidad-, de diversión, donde interactúan y perciben emociones gratificantes en su actividades. Los dos grupos de sexto grado que participaron en el estudio con una intervención docente planeada tuvo mejores niveles de satisfacción e intención a la práctica educativa, ya que en su diseño se planteaban estrategias didácticas que permitieron a los alumnos a participar activamente, a resolver problemas, realizando actividades pre-deportivas colectivas basadas en la táctica y naturaleza de los deportes y no solo en su técnica, de una manera inclusiva para alumnos y alumnas.

Trabajo docente

Cuando los docentes utilizan estilos de enseñanza y estrategias didácticas que permiten que los alumnos participen y sean propositivos y estén implicados en el diseño de tareas y en la toma de decisiones, se logran una mayor participación y disfrute de la práctica física. Actualmente en el programa educativo (SEP, 2017) menciona que la intervención docente debe establecer una intención pedagógica en cada una de las sesiones, motivar el placer por jugar individualmente y colectivamente. Para ello los docentes tienen que utilizar diversas estrategias didácticas que promuevan la participación y estilos de vida saludables.

Actitud del alumno

Hay que recordar que la motivación de los alumnos para la actividad física es hacia la diversión, socialización y el juego, pero si en las sesiones existen actividades poco atractivas y satisfactorias como el juego libre en donde se excluye a las mujeres, se disminuye la posibilidad la intención de participar activamente en su vida cotidiana. Otro aspecto que favorece la participación de los alumnos, indudablemente es el ejemplo familiar en la participación en actividades física.

Existen grandes dificultades para que la clase de EF tenga un seguimiento en sus actividades, ya que existen muchos distractores -suspensiones de clase, problemas de contexto, poca valoración- para que se lleve a cabo regularmente.

Es necesario realizar mayor investigaciones acerca de la práctica de la actividad física de los alumnos del nivel de primaria, ya que esta es fundamental en sus hábitos futuros y que repercute directamente en sus estilos de vida y salud.

Referencias

- Aguayo, H. (2010). Las prácticas escolares de los educadores físicos. *Perfiles Educativos*, 32(128), 97-117.
- Almagro, B. J. (2012). *Factores motivacionales relacionados con la adherencia a la práctica deportiva competitiva en adolescentes*. (Doctorado), Universidad de Huelva, Huelva, España.
- Arévalo, F., De la Cruz-Sánchez, D., & Feu, S. (2017). La influencia de los padres e iguales en la realización de actividad físico-deportiva de los escolares de educación primaria. *E-balonmano. com: Revista de Ciencias del Deporte*, 13(3), 263-272.
- Arias, J. L., Castejón, F. J., & Yuste, J. L. (2013). Propiedades psicométricas de la escala de intencionalidad de ser físicamente activo en Educación Primaria. *Revista de Educación*, 485-505.
- Arufe-Giráldez, V., Barcala-Furelos, R., & Mateos-Padorno. (2017). Programas de deporte escolar en España e implicación de los agentes educativos. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 17(67), 397-411. doi: 10.15366/rimcafd2017.67.001
- Baena, A., & Granero, A. (2015). Efectos de las actividades en la naturaleza en la predicción de la satisfacción de la Educación Física. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 28, 9-14.
- Barbero, J. I. (2005). La escolarización del cuerpo: reflexiones en torno a la levedad de los valores del capital «cuerpo» en Educación Física. *Revista iberoamericana de educación*, 39, 25-51.
- Brown, D. (2005). An economy of gendered practices? Learning to teach physical education from the perspective of Pierre Bourdieu's embodied sociology. *Sport, Education and Society*, 10(1), 3-23.
- Cárcamo, J. (2012). El profesor de Educación Física desde la perspectiva de los escolares. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*, 38(1), 105-119.
- Castro, J. (2004). Pedagogía de la corporeidad y potencial humano. *Revista Educación Física y Deporte*, 23(1), 7-17.
- Cecchini, J. A., Fernández-Río, J., & Méndez-Giménez, A. (2014). Epstein's TARGET framework and motivational climate in sport: Effects of a field-based, long-term intervention program. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 9(6), 1325-1340.
- Coterón-López, J., Franco, E., Pérez-Tejero, J., & Sampedro, J. (2013). Clima motivacional, competencia percibida, compromiso y ansiedad en Educación Física. Diferencias en función de la obligatoriedad de la enseñanza. *Revista de Psicología del Deporte*, 22(1), 151-157.
- Cuevas, R., Contreras, O., Fernández, J. G., & González-Martí, I. (2014). Influencia de la motivación y el autoconcepto físico sobre la intención de ser físicamente activo. *Revista Mexicana de Psicología*, 31(1), 17-24.
- Delgado, M., & Tercedor, P. (2002). *Estrategias de intervención en*

- Educación para la Salud desde la Educación Física*. España: ed. INDE.
- Devis, J., & Beltrán, V. (2007). La educación física escolar y la promoción de la actividad física y la salud. In D. P. Cevallos & N. C. Molina (Eds.), *Educación corporal y salud: gestación, infancia y adolescencia* (pp. 29-43). Medellín: Fonámbulos.
- Espejo-Garcés, T., Cabrera-Fernández, A., Castro-Sánchez, M., López-Fernández, J. F., Zurita-Ortega, F., & Chacón-Cuberos, R. (2015). Modificaciones de la obesidad a través de la implementación de herramientas físico-posturales en escolares. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 28, 78-83.
- Espejo-Garcés, T., Lozano-Sánchez, A. M., & Fernández-Revelles, A. B. (2017). Revisión sistemática sobre la resiliencia como factor influyente en el transcurso de la etapa adolescente. *Education, Sport, Health and Physical Activity*, 1(1), 32-40. doi: 10.481/48262
- Fernández-Balboa, J. M., & Prados, E. (2014). The conscious system for the movement technique: an ontological and holistic alternative for (Spanish) physical education in troubled times. *Sport, Education and Society*, 19(8), 1089-1106.
- Fernández, M., González, M., Toja, B., & Carreiro, F. (2017). Valoración de la escuela y la Educación Física y su relación con la práctica de actividad física de los escolares. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 31, 312-315.
- García, D., Jimmefors, A., Mousavi, F., Adrianson, L., Rosenberg, P., & Archer, T. (2015). Self-regulatory mode (locomotion and assessment), well-being (subjective and psychological), and exercise behavior (frequency and intensity) in relation to high school pupils' academic achievement. *PeerJ*, 3, e847.
- Gil, P., & Martínez, M. (2016). Emociones percibidas, por alumnos y maestros, en Educación Física en 6.º curso de primaria. *Educación XXI*, 19(2), 179-204. doi: 10.5944/educXXI.14230
- Gómez, A., Hernández, J., Martínez, I., & Gámez, 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.
- González-Valero, G., Zurita-Ortega, F., Puertas-Molero, P., Chacón-Cuberos, R., Espejo-Garcés, T., & Castro-Sánchez, M. (2017). Educación para la salud: implementación del programa «Sportfruits» en escolares de Granada. *SPORT TK: Revista Euroamericana de Ciencias del Deporte*, 6(2), 137-146.
- Grao-Cruces, A., Loureiro, N., Fernández-Martínez, A., & Mota, J. (2016). Influencia de padres y amigos sobre la actividad física de tiempo libre en estudiantes españoles de 12-16 años: diferencias por sexo e intensidad. *Nutrición Hospitalaria*, 33(4), 790-793.
- Gråstén, A., Jaakkola, T., Liukkonen, J., Watt, A., & Yli-Piipari, S. (2012). Prediction of enjoyment in school physical education. *Journal of Sports Science and Medicine*, 11, 260-269.
- Guillamón, A. R., Canto, E. G., & López, P. J. C. (2019). Actividad física, condición física y autoconcepto en escolares de 8 a 12 años. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*(35), 236-241.
- Gutiérrez-Díaz del Campo, D., García-López, L., Pastor-Vicedo, J., Romo-Pérez, V., Eirín-Nemiña, R., & Fernández-Bustos, U. (2017). Percepción del profesorado sobre la contribución, dificultades e importancia de la Educación Física en el enfoque por competencias. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*(31), 34-39.
- Hall, J., Ochoa, P., Chávez, C., Alarcón, I., Sáenz-López, P., Muñoz, G., & Reyes, J. (2012). Evaluación de la intensidad y contexto de la clase de educación física antes y después de una capacitación a estudiantes de licenciatura en actividad física y deporte de la UABC. *Wanceulen: Educación Física Digital*, 9, 1-8.
- Hein, V., Müür, M., & Koka, A. (2004). Intention to be Physically Active after School Graduation and Its Relationship to Three Types of Intrinsic Motivation. *European Physical Education Review*, 10(1), 5-19.
- Kawulich, B. (2005). La observación participante como método de recolección de datos. *In Forum: qualitative social research*, 6(2), 1-32.
- Liukkonen, J., Barkoukis, V., Watt, A., & Jaakkola, T. (2010). The relative roles of teachers and peers on students' motivation in physical education and its relationship to self-esteem and Health-Related Quality of Life. *The Journal of Educational Research*, 103(5), 295-308.
- Lopez de D'Amico, R., King Ya Ho, W., Antala, B., Benn, T., Dinold, M., & Holzweg, M. (2018). Compartiendo perspectivas globales acerca de la educación física de calidad. *Educere*, 22(72), 325-341.
- López, L. (2013). *Escuelas que meditan, escuelas que sienten*. En L. González, *Maestros del Corazón. Hacia una pedagogía de la interioridad* Madrid: Wolters Kluwer.
- Martínez, L. (2005). La lección de Educación Física: buscando la coherencia entre las ideas pedagógicas y la construcción de escenarios educativos *La lección de Educación Física en el Tratamiento Pedagógico de lo Corporal*. Barcelona: INDE.
- Meneses, M., & Ruiz, J. F. (2017). Estudio longitudinal de los comportamientos y el nivel de actividad físico-deportiva en el tiempo libre en estudiantes de Costa Rica, México y España. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 31, 219-226.
- Moreno, B., Jiménez, R., Gil, A., Aspano, M. I., & Torroero, F. (2011). Análisis de la percepción del clima motivacional, necesidades psicológicas básicas, motivación autodeterminada y conductas de disciplina de estudiantes adolescentes en las clases de Educación Física. *European Journal of Human Movement*, 26, 1-24.
- Moreno, L., Concha, F., & Kain, J. (2012). Intensidad de movimiento de escolares durante clases de educación física de colegios municipales: resultados según el profesional que efectúa las clases. *Revista chilena de nutrición*, 123-128.
- Navarro-Patón, R., Rego, B., & García, M. (2018). Incidencia de los juegos cooperativos en el autoconcepto físico de escolares en educación primaria. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 34, 14-18.
- Ortiz, D. C., Allepuz, J. P., & Sánchez, M. L. Z. (2019). Estado actual de la Educación Física desde el punto de vista del profesorado. Propuestas de mejora. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 35, 47-53.
- Retamal-Valderrama, C., Delgado-Floody, P., Espinoza-Silva, M., & Jerez-Mayorga, D. (2019). Comportamiento del Profesor, Intensidad y Tiempo Efectivo de las Clases de Educación Física en una escuela pública: Un acercamiento a la realidad. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 35, 160-163.
- Rodríguez-Rodríguez, F., Curilem, C., Berral, F., & Flores, A., A. (2017). Evaluación de la educación física escolar en Enseñanza Secundaria. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 31, 76-81.
- Saäfvénbom, R., Haugen, T., & Bulie, M. (2014). Attitudes toward and motivation for PE: who collects the benefits of the subject? *Physical Education and Sport Pedagogy*, 20(6), 629-646. doi: 10.1080/17408989.2014.892063
- SEP, S. d. E. P. (2011). *Programas de Estudio Primaria, Educación Básica*. México: Secretaría de Educación Pública.
- SEP, S. d. E. P. (2017). *Programas de Estudio Primaria, Educación Básica*. México: Secretaría de Educación Pública.
- Subramaniam, P. R., & Silverman, S. (2007). Middle school students' attitudes toward physical education. *Teaching and Teacher Education*, 23(5), 602-611.
- Toro, J. M. (2013). ¿Metodologías de la interioridad? La presencia del maestro. In L. Gonzalez (Ed.), *Maestros del Corazón. Hacia una pedagogía de la interioridad*. Madrid: Wolters Kluwer.
- Viciano, J. (2002). *Planificar en educación física*. España: ed. INDE.
- Vílchez, M. (2013). *Relación de la Educación Física con la práctica físico-deportiva de tiempo libre. Línea base de un estudio longitudinal comparativo en Costa Rica, México y España*. (Doctorado), Universidad Católica San Antonio de Murcia, España.
- Zurita-Ortega, F., Castro-Sánchez, M., Álvaro-González, J., Rodríguez Fernández, S., & Pérez-Cortés, A. J. (2016). Autoconcepto, Actividad física y Familia: Análisis de un modelo de ecuaciones estructurales. *Revista de Psicología del Deporte*, 25(1), 97-104.