

LA MOTIVACIÓN INTRÍNSECA EN LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA EN ESTUDIANTES DE BACHILLERATO. REVISIÓN SISTEMÁTICA

INTRINSIC MOTIVATION IN PHYSICAL EDUCATION CLASSES IN HIGH SCHOOL STUDENTS. SYSTEMATIC REVIEW

Dayana Lizbeth Gaibor Torres*

dlgaibor@uce.edu.ec

*Universidad Central del Ecuador.

RESUMEN

La motivación intrínseca tiene una relación positiva con las clases de Educación Física, por cuanto permite al estudiante estar incentivado para realizar actividad física fuera y dentro de la institución educativa, por lo tanto, el objetivo de la presente investigación es analizar la motivación intrínseca en las clases de Educación Física en estudiantes de bachillerato. La metodología aplicada se llevó a cabo mediante una revisión sistemática cuya búsqueda se realizó en la base de datos: Dialnet y Scielo, así también en el buscador académico: Google Scholar, donde se identificaron inicialmente 122 documentos de los cuales aplicando términos de inclusión y explosión se tuvo un total de 9 estudios para el respectivo análisis, como resultado se obtuvo que la motivación intrínseca juega un papel importante en las clases de Educación Física, ya que un mayor nivel de motivación intrínseca en los estudiantes conduce a la actividad física de manera voluntaria ocasionando que puedan llegar a tener una vida saludable y a su vez tener una participación autónoma durante las clases para encontrar beneficios a nivel personal.

Palabras clave: Motivación intrínseca; Educación Física; actividad física; estudiantes bachillerato

ABSTRACT

Intrinsic motivation has a positive relationship with Physical Education classes, as it allows the student to be encouraged to perform physical activity outside and inside the educational institution, therefore, the objective of this research is to examine intrinsic motivation in Physical Education classes in high school students. The methodology applied was carried out by means of a systematic review whose search was performed in the database: Dialnet and Scielo, as well as in the academic search engine: Google Scholar, where 122 documents were initially identified from which applying inclusion and explosion terms a total of 9 studies were had for the corresponding analysis, as a result it was observed that intrinsic motivation plays an important role in Physical Education classes, since a higher level of intrinsic motivation in students leads to physical activity voluntarily causing that they can get to have a healthy life and in turn have an autonomous participation during classes to find benefits at a personal level.

Keywords: *Intrinsic motivation; Physical education; physical activity; high school students.*

INTRODUCCIÓN

Tras diversas investigaciones relacionadas con la práctica físico-deportiva, se ha concluido que uno de los propósitos principales de la Educación Física es fomentar que los estudiantes sean físicamente activos tanto dentro como fuera del horario escolar (Moreno-Murcia, 2013).

Sin embargo, estudios recientes han evidenciado una preocupante disminución en los niveles de interés y motivación intrínseca de los estudiantes de bachillerato por ser parte del proceso de enseñanza y aprendizaje de esta asignatura.

Siguiendo la investigación de Ching (2021) se puede señalar que la motivación intrínseca es aquella que incentiva a realizar actividades por el hecho de disfrutarlas, y nace del propio individuo, basándose en la independencia, capacidad, deleite, y júbilo, en otras palabras, nace del querer ejecutar una actividad sin importar las dificultades que se presenten, buscando obtener resultados positivos y el disfrute durante el proceso (Orbegoso, 2016).

A su vez Granero-Gallegos et al., (2014) indica que existen tres (3) subtipos motivacionales los cuales son: por

consecución (el estudiante se compromete aprender mientras busca superarse a sí mismo durante las clases), por experiencias (el estudiante busca ser partícipe de la clase para crear nuevas experiencias) y del conocimiento (el estudiante intenta aprender en las clases de Educación Física mediante la satisfacción).

La motivación intrínseca en los estudiantes es un componente importante durante su proceso de aprendizaje ya que esto determinará varios factores, entre ellos el interés por aprender. En la investigación de Coterón et al., (2020) resalta que “existe evidencia de que los procesos motivacionales de los alumnos en relación a la EF van a afectar a su compromiso en esta asignatura” (p. 486).

Además, en distintos estudios se ha podido aplicar varios cuestionarios que comprueban la satisfacción, esfuerzo, progreso y superación en la asignatura de Educación Física, ya que está relacionada directamente con los niveles de motivación intrínseca generando autonomía en el estudiante.

Sánchez-Miranda & Flores-Villamizar (2018) mencionan que la Educación Física “es una disciplina pedagógica que ha ejercido un papel

protagónico en el desarrollo integral del ser humano” (p. 4), buscando siempre el desarrollarse en diferentes medios, a su vez Aldas (2019).

De igual forma se manifiesta que es un proceso pedagógico individual donde se busca desarrollar capacidades para poder mejorar sus habilidades y que le permitan cumplir con todas las condiciones que se presentan en la sociedad, Cagigal (1984) expresa que es “el arte, ciencia, sistema o técnicas de ayudar al individuo al desarrollo de sus facultades para el diálogo con la vida (...) llega al individuo atendiendo primariamente su constitución física, su destreza, armonía de movimientos, agilidad, vigor, resistencia, etc” (p. 51), educar al cuerpo para la práctica de actividad física además de atender diferentes necesidades.

La Educación Física es una de las asignaturas fundamentales que se imparten desde edades tempranas a nivel mundial, con el objetivo de informar e incentivar sobre la importancia de la práctica de actividad física para llevar un estilo de vida saludable.

Sin embargo, para lograr este objetivo es esencial que los estudiantes disfruten y se sientan satisfacción durante

las jornadas educativas, lo que implica fomentar la motivación para obtener mejores resultados (Coterón et al., 2020).

En esta tarea, los docentes tienen un papel crucial para incentivar la participación de los estudiantes, buscando siempre aumentar los niveles de motivación intrínseca.

El docente de Educación Física, mediante su estilo de enseñanza es el encargado de crear experiencias satisfactorias durante el desarrollo de las diferentes actividades (Valero-Valenzuela et al., 2019) la metodología que aplica el docente permite fomentar la motivación durante las clases y fuera de ellas, incentivando la práctica de actividad física y permitiéndoles ser físicamente activos hasta su edad adulta (Ordoñez-Bustamante, 2021), mediante las diferentes estrategias de aprendizaje se busca aumentar la motivación en los estudiantes de manera constante.

Por lo tanto, el propósito del docente en las clases de Educación Física es establecer un clima motivacional adecuado para una eficaz transmisión de conocimientos, Vargas & Herrera (2019) en su investigación resaltan que el nivel de actividad física que los estudiantes demuestran en las clases está relacionado

con la motivación intrínseca y llevan una vida activa y saludable.

Es primordial fomentar hábitos positivos en la comunidad educativa usando a la actividad física como base fundamental para obtener beneficios tanto a nivel corporal como psicológico, visto de este modo los estudiantes correspondientes al nivel de bachillerato no gozan de tiempo suficiente para desarrollar actividades necesarias que les permita obtener dichos beneficios en su salud (Araque, 2018).

En Ecuador, según el Acuerdo Nro. MINEDUC-MINEDUC-2023-00008-A la Educación Física se imparte con una carga horaria de dos horas a la semana. Esta asignación de tiempo parece no tomar en cuenta las necesidades de los estudiantes, ni se le da la importancia necesaria a la asignatura para fomentar hábitos saludables en los estudiantes de bachillerato a través de la práctica constante de actividad física.

Por lo manifestado, el objetivo de este artículo es analizar la motivación intrínseca en las clases de Educación Física en estudiantes de bachillerato, por lo que es importante considerar distintas investigaciones que ayuden con datos para poder obtener una conclusión clara y

precisa.

METODOLOGÍA

Para el desarrollo del presente estudio se realizó una revisión sistemática, que en palabras de Pérez (2012) hace referencia al “proceso de identificar sistemáticamente y evaluar varios estudios del mismo tipo con un objetivo común” (p. 57), este desarrollo permite al investigador identificar los artículos más relevantes en relación a las palabras claves.

La presente investigación asume un enfoque documental-bibliográfico la cual, según Herrera, et al., (2010) dice que es “detectar, ampliar y profundizar diferentes enfoques, teorías, conceptualizaciones y criterios de diversos autores sobre una cuestión determinada” (p.87).

Para el proceso de recolección de información se buscó documentos académicos en bases de datos como: Dialnet y Scielo así también en el buscador académico: Google Scholar. Utilizando palabras clave como: Motivación intrínseca, Educación Física, adolescentes, y empleando el operador booleano “AND”.

La metodología se sustenta en una adaptación de la guía PRISMA 2020, para

garantizar la fiabilidad del estudio sistemático realizado (Niebles et al., 2023).

Los artículos seleccionados para este estudio corresponden al marco temporal comprendido entre 2018 y 2023, con el fin de recopilar información actualizada y relevante para esta investigación, es fundamental establecer criterios de inclusión y exclusión para lograr tener una indagación más precisa sobre el tema establecido, los criterios aplicados son los siguientes.

Tabla 1
Cuadro de Criterios de Inclusión y Exclusión

Criterios de Inclusión	Criterios de Exclusión
a. Artículos de acceso abierto	a. Artículos de pago
b. Estudios entre los años 2018 y 2023	b. Estudios fuera del marco temporal
c. Estudios en idioma español o inglés	c. Estudios en otro idioma diferente a español o inglés
d. Estudios con relación entre las dos variables	d. Artículos que no tengan relación con el tema de estudio
e. Publicaciones con texto completo	e. Publicaciones incompletas

De acuerdo con la recopilación de documentos de las distintas bases de datos se obtuvo inicialmente 122 artículos relacionados con las dos variables de estudio, después de aplicar los criterios de inclusión y exclusión, el cuerpo de este artículo corresponde a un total de nueve (9) artículos científicos (Figura 1).

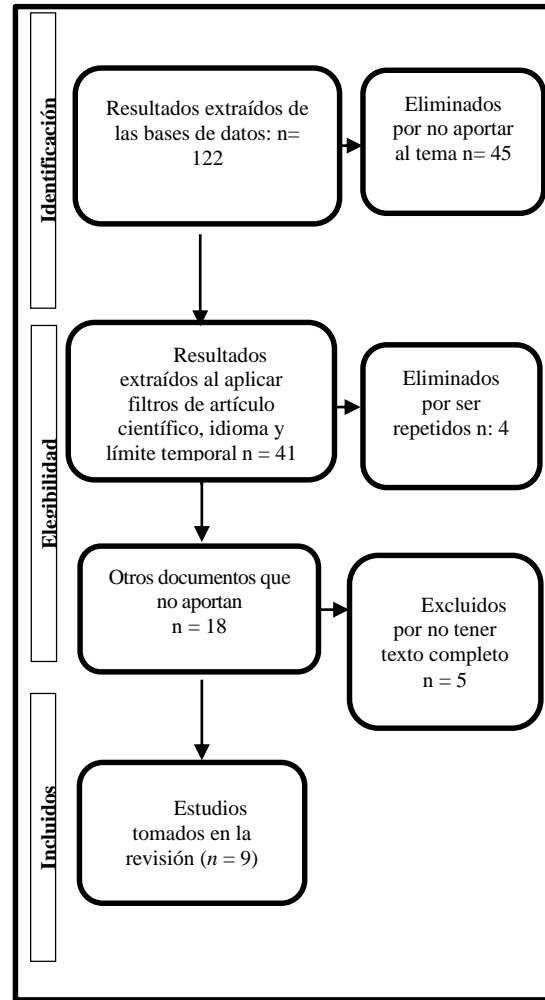


Figura 1. Diagrama de flujo de la selección del cuerpo base de estudio. Fuente. Elaboración propia.

RESULTADOS

La tabla (2) muestra los artículos obtenidos una vez realizada la revisión sistemática, en una primera instancia se identificaron un total de 122 documentos, de los cuales se eliminaron 45 por no aportar al estudio, 4 documentos por duplicidad, quedando un total de 73 documentos con elegibilidad.

En un segundo momento se descartaron cinco (5) artículos, por no tener texto completo y por no ajustarse al tema de investigación, así también se eliminaron 41 al aplicar filtros de idioma y límite temporal, por último 18 documentos no cumplían con los criterios de inclusión, quedando para revisión nueve artículos (Figura 1).

Luego de obtener los resultados de los documentos que aportan con información a la investigación sobre la motivación intrínseca en las clases de Educación Física en los estudiantes de bachillerato.

La muestra seleccionada de cada investigación cumplió con un proceso de control que permitió medir y analizar la asociación entre las dos variables de estudio, además se utilizaron diferentes instrumentos de recolección de datos para cada investigación, pero el más manejado fue el cuestionario.

Para el proceso de agrupación de datos se utilizó la siguiente codificación para el desarrollo de la tabla 2:

1. Autor y año
2. Título de la investigación
3. Diseño utilizado para el desarrollo del estudio;
4. Muestra seleccionada, y;

5. Resultados obtenidos en cada estudio.

Tabla 2

Análisis de los estudios con intervención en base a la motivación intrínseca y clases de Educación Física

Autor/año	Título	Diseño	Muestra	Resultados
Vargas, J. y Herrera, E. (2019)	Motivación hacia la Educación Física y actividad física habitual en adolescentes	Investigación descriptiva y transversal de carácter cuantitativo, siguiendo una metodología no experimental.	83 estudiantes de Educación Secundaria Obligatoria de un instituto público de la ciudad de Valencia (España)	La investigación reveló que los estudiantes masculinos exhiben una motivación intrínseca más fuerte y una actividad física habitual más alta que las estudiantes femeninas. Además, aquellos estudiantes que participaron en más actividad física habitual demostraron una mayor motivación intrínseca, niveles más altos de regulación identificada hacia la asignatura de Educación Física y una menor falta de motivación.
Moral Garcia et al. (2019)	Propiedades psicométricas de la Escala de Motivación Deportiva	Estudio no experimental, ex post factor, carácter	315 adolescentes de Educación Secundaria Obligatoria	De acuerdo con las correlaciones obtenidas, fue posible observar que las

	y análisis de la motivación en las clases de educación física y su relación con nivel de práctica de actividad física extraescolar	ria de la Comunidad de Madrid	variables más significativamente relacionadas son aquellas que involucran la motivación intrínseca. Los hombres presentaron un nivel de motivación más elevado que las mujeres en la mayoría de las áreas, a excepción de la motivación externa introyectada y la falta de motivación		preadolescentes mexicanos exhiben niveles más altos de regulación introyectada y externa, así como mayores niveles de falta de motivación
Blanco Vega et al. (2019)	Motivación hacia la clase de educación física en preadolescentes mexicanos y españoles	Enfoque cuantitativo con un diseño descriptivo tipo encuesta.	606 sujetos; 306 españoles (139 mujeres y 167 hombres) y 300 mexicanos (166 mujeres y 134 hombres)	Se ha observado que los preadolescentes españoles presentan un perfil de motivación más favorable en comparación con los preadolescentes mexicanos en el contexto de la educación física. Mientras la motivación intrínseca, la regulación integrada e identificadas son más pronunciadas en los preadolescentes españoles, los	Según los resultados obtenidos del modelo, se encontró que el ambiente motivacional relacionado con una tarea determinada tuvo una influencia positiva en la necesidad de novedad, lo que a su vez afectó positivamente la motivación intrínseca y actuó como un factor intermedio entre ambas. Además, se observó que la motivación intrínseca funcionó como un indicador positivo de la intención de los estudiantes de ser físicamente activos en el futuro. Se encontró que tanto
Fernández-Espíno la, C., Almagro, B. y Tamayo, J. (2020)	Predicción de la intención de ser físicamente activo del alumnado de Educación Física	Estudio selectivo transversal, es decir, una investigación empírica de carácter descriptivo con un muestreo de conveniencia intencional	732 estudiantes cursaban de 1º de ESO a 1º de Bachillerato		
Ordoñez-Busta	Niveles de actividad física y	Estudio transversal	309 estudiantes de		

mante, D. y Heredia-León, D. (2021)	Motivación a la práctica deportiva en estudiantes de Educación Física	descriptivo de tipo correlacional	Educación Física	hombres como mujeres tienen niveles saludables de actividad física, y se observó una correlación positiva entre la actividad física y las necesidades psicológicas. Se descubrió que estas necesidades psicológicas se relacionan con la motivación intrínseca y extrínseca, así como con la regulación integrada y la regulación identificada, y a su vez, estas últimas influyen en la intención de las personas de ser más activas físicamente.	Fierro-Suero, S., Almagro, B.J., Sáenz-López, y Buñuel, P. (2019)	Necesidades psicológicas, motivación e inteligencia emocional en Educación Física	Diseño descriptivo correlacional transversal	343 sujetos, 161 eran hombres (47%) y 182 eran mujeres (53%)	niveles de motivación intrínseca está compuesto mayoritariamente por mujeres. También se ha encontrado que promover la motivación intrínseca a través de la TAD, es decir, la Teoría de la Autodeterminación, puede aumentar el compromiso de los jóvenes en la práctica de actividad físico-deportiva en la institución y fuera de ella. Los resultados indicaron que la motivación más autodeterminada fue la que tuvo los valores más altos, siendo la regulación identificada la dimensión con los valores más altos, seguida de la motivación intrínseca. Según estos datos, los estudiantes participan en clase porque consideran que lo que
Ricetti, A., Franco, E., Coterón, J. y Gómez, V. (2021)	Estado de flujo e intención de práctica de actividad física en adolescentes argentinos	Estudio transversal descriptivo de tipo correlacional	1291 estudiantes, 630 hombres y 661 mujeres.	Se ha observado que el grupo que presenta altos niveles de motivación intrínseca está compuesto mayoritariamente por hombres, mientras que el grupo que presenta bajos					

Cortezón, J., Franco, E., y Almenara, A. (2020)	Predicción del compromiso en Educación Física desde la teoría de la autodeterminación: análisis de invarianza según el nivel de actividad física	Descriptivo Transversal	468 estudiantes	aprenden es útil para ellos y también porque disfrutan de la práctica en sí misma. Se encontró que los estudiantes que practican actividad física con mayor frecuencia tienen un patrón de motivación más adaptativo en las clases de Educación Física, mostrando puntuaciones más altas en la satisfacción de su competencia, relación con los demás y motivación intrínseca, estos estudiantes están más satisfechos con su capacidad de realizar las actividades, tienen una buena relación con sus compañeros y disfrutan de la actividad en sí misma.	física	hacia las clases de educación física en comparación con los estudiantes mexicanos, quienes mostraron una inclinación hacia la desmotivación. Sin embargo, no se encontraron diferencias significativas según el género de los estudiantes en ambos grupos.
Valero-Vázquez et al (2019)	Influencia del estilo docente en la motivación y estilo de vida de adolescentes en educación	Descriptivo Transversal	Total 388 estudiantes	Se encontró que los estudiantes españoles tienen un mayor nivel de motivación intrínseca		

Fuente. Elaboración propia.

Después de examinar la información obtenida de los artículos académicos es primordial resaltar que únicamente se encontraron documentos del periodo 2019 al 2021; de la información encontrada, la gran cantidad de autores expresan únicamente a la motivación de forma general.

Al momento de aplicar el instrumento de recolección de datos se evidencia que se estudia a la motivación intrínseca de manera independiente, de este modo entendemos que si es posible estudiar a esta variable de manera autónoma en las clases de Educación Física; por último, gran parte de los estudios aplican una encuesta como instrumento permitiéndoles tener datos

acordes a las opiniones de los estudiantes.

En su gran mayoría las investigaciones, manifiestan que la motivación intrínseca es un factor clave en las clases de Educación Física; de acuerdo con lo estudiado, cuando existen bajos niveles de motivación intrínseca se ve afectado considerablemente el clima motivacional, lo que provocaría un mínimo interés del estudiante en ser parte de actividades deportivas dentro o fuera del horario escolar.

Al tratarse de estudiantes de bachillerato (15 a 18 años de edad) se pueden indicar que otro factor importante para despertar un buen ambiente motivacional durante las clases de Educación Física es la metodología que aplica el docente para impartir su asignatura (Fernández-Espínola et al., 2020), de este modo, una clase planificada genera mayor sensación de motivación y una clase improvisada desmotiva a los estudiantes de ser parte de la misma.

DISCUSIÓN

Al momento de revisar y analizar los artículos incluidos en esta revisión se puede manifestar que la motivación intrínseca tiene una relación positiva en las clases de Educación Física en estudiantes de bachillerato, estos

resultados coinciden en otras investigaciones, tal es el caso de Coterón, et al., (2020) donde manifiesta que un alto nivel de actividad física trae consigo puntuaciones más elevadas en la satisfacción de competencia, relación con los demás y motivación intrínseca.

Complementando a la idea inicial, Riccetti, et al., (2021) alude

que al tener niveles elevados de motivación intrínseca los estudiantes se ven comprometidos para realizar actividad físico-deportiva en la institución y también fuera de la misma.

Se puede integrar con las ideas anteriores que la actividad física mostró una relación positiva con las necesidades básicas psicológicas y estas con la motivación intrínseca, así también se correlaciona con la intención de ser físicamente activo en su diario vivir (Ordoñez-Bustamante & Heredia-León, 2021; Valero-Valenzuela et al., 2019).

Vargas & Herrera (2020) a través de su estudio señalan que mediante las clases de Educación Física plenamente planificadas para realizar actividades autónomas los estudiantes se mostraron con una motivación más autodeterminada, mayor satisfacción e intensidad de ser físicamente activos, a su vez la sensación

de experimentar nuevas vivencias positivas permite despertar el interés en el estudiante para tener una participación más positiva en las clases.

De manera similar Fernández-Espínola et al., (2020) señala que utilizando a la motivación intrínseca como un elemento predictor se puede determinar que parte del alumnado tiene la intención de ser físicamente activo.

En el mismo estudio de Fernández-Espínola et al., (2020) se comenta que la metodología utilizada dentro de las clases de Educación Física tiene influencia en los estudiantes, ya que mediante esta se puede incluir una variedad de actividades para que los estudiantes tengan diferentes opciones de participación y a su vez puedan complementar con deportes alternativos, de esta forma se brinda oportunidad a los alumnos que no se sienten aptos para el ejercicio a que ejecuten actividades novedosas y poder aumentar sus niveles de motivación intrínseca y a su vez el deseo de ser más activos físicamente dentro o fuera del horario escolar.

Los estudiantes que deciden ser partícipes en las clases de Educación Física consideran que la materia les brinda conocimientos que serán útiles en el

futuro y sobre todo porque disfrutaban de las actividades que plantea el docente del área (Vargas & Herrera, 2020; Fierro-Suero et al., 2019), el resultado de una necesidad termina siendo la satisfacción ocasionando en el estudiante la participación autónoma teniendo un vínculo positivo con la asignatura y fortaleciendo sus conocimientos.

Según Moral Garcia, et al., (2019) cita que “Los hombres presentan mayor motivación en todas las subescalas que las mujeres” (p. 287). Siguiendo las palabras de Riccetti, et al., (2021) “las chicas se encuentran en el grupo de baja MI (...) en clases de EF donde los varones muestran mayores niveles de MI” (p. 301).

Con estos estudios se puede comprobar que los estudiantes de género masculino tienen niveles más elevados en referencia a la motivación intrínseca ocasionando en ellos que realicen diferentes actividades porque disfrutaban y les interesa las mismas.

Contradiciendo estos resultados Blanco Vega et al., (2019) menciona que en su investigación no se encontró diferencia en los niveles de motivación según el género, por ese motivo es importante tomar en cuenta el factor género en futuros estudios.

Por último, los estudiantes que tienen un alto nivel en la práctica de actividad física fuera y dentro de la institución presentan niveles más elevados de motivación intrínseca en las clases de Educación Física teniendo como resultado un factor positivo en su estilo de vida, proyectándose para el futuro hábitos saludables (Valero-Valenzuela et al., 2019; Coterón et al., 2020; Vargas y Herrera., 2020)

CONCLUSIONES

La revisión realizada en base a los criterios de inclusión previamente mencionados evidencia que es necesario analizar la motivación intrínseca en las clases de Educación Física, ya que, se puede observar una amplia gama de beneficios al momento de aumentar los niveles motivacionales durante el desarrollo de las diferentes actividades.

La motivación intrínseca en las clases de Educación Física cumple un papel importante, ya que influye de manera positiva para que los estudiantes tengan un buen desempeño académico, permitiéndoles tener una participación autónoma, a su vez para que ellos puedan disfrutar de los beneficios de realizar actividad física dentro y fuera de la institución educativa, pero para lograr

niveles de motivación intrínseca elevados, es importante encontrar una metodología que permita a los estudiantes realizar actividades novedosas despertando en ellos la curiosidad y confianza necesaria para que lo desarrollen.

REFERENCIAS

- Aldas, H. (2019). La educación física como asignatura complementaria en carreras de ingeniería e la educación superior ecuatoriana. *PODIUM*, 14(1), 93-104.
- Araque, P. (2018). Motivación intrínseca en Educación Física y sus factores asociados: cambios con la edad [Tesis de maestría, Universidad de Jaén]. Repositorio de trabajos Académicos de la Universidad de Jaén.
<https://hdl.handle.net/10953.1/11961>
- Blanco Vega, H., Mayorga-Vega, D., Blanco Ornelas, J., Peinado Pérez, J. & Jurado García, P. (2019). Motivación hacia la clase de educación física en preadolescentes mexicanos y españoles. *Retos*, (36), 216-219. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7260905>

- Cagigal, J.M. (1984). ¿La Educación Física, Ciencia? *Educación Física & Deporte*, 6(2-3), 49-58.
- Ching, R. C. (2021). El estímulo de la motivación intrínseca del estudiantado en un curso de inglés como lengua extranjera. *Revista Internacional De Pedagogía E Innovación Educativa*, 149-172.
- Coterón, J., Franco, E. & Almena, A. (2020). Predicción del compromiso en Educación Física desde la teoría de la autodeterminación: análisis de invarianza según el nivel de actividad física. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 15(46), 485-494. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7660981>
- Fernández-Espínola, C., Jorquera-Jordán, J., Paramio-Pérez, G. & Almagro, B. (2021). Necesidades psicológicas, motivación e intención de ser físicamente activo de alumno de Educación Física. *Journal of sport and health reserch*, 13(3), 467-480. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8081322>
- Fierro-Suero, S., Almagro, B. & Sáenz-López, B. (2019). Necesidades psicológicas, motivación e inteligencia emocional en Educación Física. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 22(2), 167-186. <https://doi.org/10.6018/reifop.22.2.345241>
- Granero-Gallegos, A., Baena-Extremera, A., Sánchez, J. A. & Martínez, M. (2014). Perfiles motivacionales de apoyo a la autonomía, autodeterminación, satisfacción, importancia de la educación física e intención de práctica física en tiempo libre. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 14(2), 59-70.
- Herrera, L., Medina, A. & Naranjo, G. (2010). Tutorías de la investigación científica. Gráficas Corona.
- Moral Garcia, J., Román-Palmero, J., López García, S., Rosa Guillamón, A., Pérez Soto, J. & García Cantó, E. (2019). Propiedades psicométricas de la escala de motivación deportiva y análisis de la motivación en las clases de educación física y su relación con nivel de practica de actividad física extraescolar. *Retos*, 36, 283-289.

- Moreno-Murcia, J., Joseph, P. & Huéscar, E. (2013). Cómo aumentar la motivación intrínseca en clases de Educación Física. *E-motion*, (1), 30-39.
- Niebles Nuñez, W. A., Sanabria Navarro, J. R., & Silveira Pérez, Y. (2023). Análisis sistémico del contexto mundial de gestión deportiva: aportes significativos de la revista retos (Systemic analysis of the world context of sports management: significant contributions of the retos. *Retos*, 48, 481–493. <https://doi.org/10.47197/retos.v48.96951>.
- Orbegoso, A. (2016). La motivación intrínseca según Ryan & Deci y algunas recomendaciones para maestros. *Educare*, 2(1), 75-93. <http://dx.doi.org/10.19141/2447-5432/lumen.v2.n1.p.75-93>
- Ordoñez-Bustamante, D. & Heredia-León, D. (2021). Niveles de actividad física y Motivación a la práctica deportiva en estudiantes de Educación Física. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria KOINONIA*, 6(2), 504-524. <http://dx.doi.org/10.35381/r.k.v6i2.1251>
- Pérez, C. (2012). Las revisiones sistemáticas: declaración PRISMA. *Revista Española de Nutrición Comunitaria*, 18(1), 57-58.
- Riccetti, A., Álvarez, E., Coterón, J. & Gómez, V. (2021). Estado del Flow e intención de práctica de actividad física en adolescentes argentinos. *Revista de Psicología*, 39(1), 289-310. <https://doi.org/10.18800/psico.202101.012>
- Sánchez-Miranda, Y. & Florez-Villamizar, A. (2018). La noción de cuerpo desde la clase de educación física. *Manifestaciones sociales. Revista de investigación, administración e ingeniería*, 6(1), 2-10. <https://doi.org/10.15649/2346030X.472>
- Valero-Valenzuela, A., Marino-Barrero, J., Manzano-Sánchez, D., Belando-Pedreño, N., Fernández-Merlos, J. & Moreno-Murcia, J. (2019). Influencia del estilo docente en la motivación y estilo de vida de adolescentes en educación física. *Universitas Psychologica*, 19, <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy19.iedm>

Vargas, J. & Herrera, E. (2019).
Motivación hacia la Educación
Física y actividad física habitual en
adolescentes. *Ágora para la
Educación Física y el Deporte*, (22).
<https://doi.org/10.24197/aefd.0.2020.187-208>.