

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE LA SANTÍSIMA CONCEPCIÓN  
FACULTAD DE EDUCACIÓN  
PEDAGOGÍA EN EDUCACIÓN FÍSICA



MOTIVACIÓN Y OBESIDAD EN LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD  
EN ESTUDIANTES DE SEXTO AÑO BÁSICO DE TRES ESTABLECIMIENTOS  
MUNICIPALES DE LA COMUNA DE HUALPÉN

Seminario de Investigación para optar al Grado Académico de Licenciado en  
Educación

PROFESOR GUÍA: SR. RODRIGO ANTONIO TEJADA NAVARRO

ESTUDIANTES: KATHERINE MONTSERRAT CASTILLO NOVA

FRANCO ANDRÉS CID RIVERO

CAROLINA EUGENIA FLORES VILLAGRAN

FRANCISCO JAVIER SANDOVAL HENRIQUEZ

EDUARDO STEPHAN SERRI TORRES

Concepción, 10 de Junio de 2016

A nuestros padres  
por ser el apoyo fundamental  
en nuestras vidas, por darnos las  
herramientas para ser perseverantes y  
siempre cumplir con nuestros objetivos; a nuestro  
profesor guía por su calidez, empatía, paciencia  
y entrega, por creer en nosotros y en nuestro estudio.

## **AGRADECIMIENTO**

Primero que nada, como grupo de tesis queremos agradecer a Dios por ayudarnos a superar esta última parte de un largo y difícil camino para nuestras vidas. También queremos agradecer a cada una de nuestras familias, quienes han tenido un rol fundamental durante todo el proceso.

Adicionalmente, queremos mostrar especial gratitud a nuestros profesores que estuvieron con nosotros desde el primer hasta el último año de carrera, ya que nos ayudaron a consolidarnos, no sólo como futuros profesores de Educación Física sino que también como seres humanos.

Además, es fundamental agradecer a todos los participantes que hicieron posible llevar a cabo este estudio. De este modo, queremos agradecer a los docentes y establecimientos educacionales donde se pudo contextualizar nuestra investigación.

Por último, pero no menos importante, queremos agradecernos a nosotros mismos, compañeros de tesis y también buenos amigos, por la paciencia, dedicación y amistad que compartimos durante estos años de carrera que, definitivamente, nos ayudó a conseguir nuestros objetivos individuales.

## ÍNDICE

RESUMEN.....	6
INTRODUCCIÓN .....	7
CAPÍTULO I. ANTECEDENTES .....	9
1.1 Problematización.....	10
1.2 Pregunta de Investigación.....	15
1.3 Objetivos de la Investigación .....	15
1.4 Definición de Variable .....	17
1.5 Justificación .....	20
1.6 Estado del Arte.....	24
CAPÍTULO II.MARCO CONCEPTUAL Y TEÓRICO .....	27
2.1 La motivación en Educación Física y Salud .....	28
2.1.1 Motivación.....	28
2.1.2 Tipos de motivación .....	35
2.1.3 Motivación y Aprendizaje .....	37
2.1.4 Motivación y Educación Física.....	42
2.1.5 Factores Motivantes para el Aprendizaje .....	43
2.1.6 Factores motivantes para la clase de Educación Física y Salud. ....	45
2.1.7 Recursos del profesor para mejorar la motivación de sus estudiantes ..	49
2.1.8 Desmotivación .....	53
2.2 Obesidad: La Epidemia del Siglo XXI .....	55
2.2.1 Concepto de sobrepeso y obesidad.....	56
2.2.2 Causas del sobrepeso y la obesidad .....	58
2.2.3 Repercusiones del sobrepeso y la obesidad en la Preadolescencia .....	60

2.3.4 Beneficios de la Educación Física en relación a la obesidad.....	61
CAPÍTULO III.MÉTODO.....	66
3.1 Paradigma y enfoque de la investigación.....	67
3.2 Tipo de estudio.....	68
3.3 Diseño del estudio.....	68
3.4 Población .....	69
3.5 Muestra .....	69
3.6 Técnicas de recopilación de datos .....	70
3.7 Procedimiento de Aplicación de Instrumento .....	73
3.8 Análisis de la información .....	73
3.9 Plan de trabajo.....	74
CAPÍTULO IV. ANÁLISIS DE RESULTADOS.....	76
CAPÍTULO V. DISCUSIONES Y CONCLUSIONES .....	82
5.1 Discusiones.....	83
5.2 Conclusiones.....	85
5.3 Limitaciones .....	88
5.4 Proyecciones.....	89
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	91
ANEXOS .....	103

## RESUMEN

La siguiente investigación tiene como objetivo describir la motivación de estudiantes con sobrepeso y obesidad de sexto año básico en la asignatura de Educación Física y Salud en tres establecimientos municipales de la comuna de Hualpén. El estudio se realizó bajo un enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo, en el que se midió el valor de las variables (motivación y obesidad), sin la manipulación de éstas.

Para la realización de esta investigación se creó una herramienta única de recolección de datos; específicamente una escala de Likert denominada “Motivación para participar de la clase de Educación Física y Salud” (MPEFS), la cual fue validada a través de un juicio de expertos, siendo aplicada a una población constituida por 56 estudiantes preadolescentes, con edades comprendidas entre 11 a 14 años. Posteriormente, se obtuvo el estado nutricional mediante el IMC, se seleccionaron a aquellos estudiantes que obtuvieron rangos de sobrepeso y obesidad, conformando una muestra de 29 sujetos.

Los resultados arrojaron que el tipo de motivación de más frecuente en estudiantes con sobrepeso y obesidad, es la motivación extrínseca. Por otra parte, los factores que los motivaron a participar de la clase de Educación Física y Salud estuvieron relacionados con los recursos materiales y demostración ante el docente de ser un buen estudiante.

Palabras claves: Motivación extrínseca, Sobrepeso, Obesidad, Educación Física.

## INTRODUCCIÓN

La Educación Física como forma de actividad humana según Escudero (2009), requiere por parte de la persona un móvil para poder ejecutarse, de ahí que la motivación es uno de los procesos esenciales que permite a los alumnos esforzarse por cumplir las acciones dentro de la clase.

La motivación es un impulso que mueve a la conducta de las personas, permitiendo provocar cambios en el individuo, ya sea en aspectos de la vida en general, como en áreas más específicas como la vida laboral, profesional o académica. No obstante, muchas veces este deseo puede verse frustrado debido a ciertos temores o condiciones del sujeto, como es el caso de quienes presentan sobrepeso u obesidad, frente a esto, el individuo por lo general, se siente menoscabado por estas causas, pues es víctima de burlas de quienes constituyen su entorno e incluso frente a su propia imagen o autoconcepto (Britapaz, 2012)

La motivación hacia la Educación Física tiene influencia sobre la actitud que toman los alumnos, la forma en que participan de las actividades, así como en el nivel de esfuerzo que colocan en la realización de las tareas asignadas en ella. Esta participación es clave dentro del rol preventivo de la Educación Física en relación al sobrepeso y la obesidad, pues el ejercicio físico es un factor esencial en su

prevención y en la formación de hábitos positivos, por lo que se hace necesario incentivar o motivar a los niños hacia esta actividad, ya que esto generará una actitud positiva que beneficiará su salud, autoestima y desarrollo (Escudero, 2009).

En consecuencia, Escudero (2009) plantea que la Educación Física debe ser asumida como una necesidad de bienestar y salud para la persona que contribuya a la motivación por realizarla, de tal forma que, permita la disposición y la toma de conciencia en el proceso de aprendizaje, la adquisición y desarrollo de habilidades, y la incorporación de la práctica de ejercicio físico como un hábito de vida. El éxito de la clase depende de las ejecuciones, por ende, todo profesor debe lograr que sus estudiantes se encuentren motivados.

Frente a esto, se llevó a cabo este estudio con el objetivo de describir la motivación de estudiantes con sobrepeso y obesidad de sexto año básico en la asignatura de Educación Física y Salud en tres establecimientos municipales de la comuna de Hualpén. Los resultados obtenidos en el estudio permitieron establecer una base más amplia de conocimiento sobre el tema, siendo así un aporte real al quehacer profesional de los docentes de Educación Física.



## **CAPÍTULO I. ANTECEDENTES**

## 1.1 Problemática

Durante los últimos años se ha producido un persistente cambio en el balance energético asociado a la alimentación del ser humano a nivel mundial, una combinación de disminución de la actividad física, aumento del sedentarismo y consumo excesivo de las calorías necesarias ha resultado en un aumento incesante de las tasas de obesidad en la infancia (Hassink, 2009).

En Chile, según el Ministerio de salud (2014), el 34% de los niños menores de seis años sufre sobrepeso u obesidad, como consecuencia de esto, presentan dificultad respiratoria, mayor riesgo de fracturas e hipertensión, además se observa la presencia de marcadores tempranos de enfermedades cardiovasculares, resistencia a la insulina, efectos psicológicos y sociales como el bullying, uno de los principales criterios de discriminación entre la población obesa. Al respecto, cabe señalar que la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2004) define la obesidad como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud.

En nuestro país, al igual que otros países, los hábitos alimenticios y/o nutricionales, se han modificado a una velocidad impresionante, dando como resultado que, tanto el sobrepeso como la obesidad, tengan alta prevalencia en

todos los grupos etarios de la población. Chile ha iniciado la prevención de la epidemia de obesidad pero hasta ahora sin éxito (Mardones, 2010).

Las diversas investigaciones han demostrado que los factores que se asocian a un mayor riesgo de obesidad en escolares son; el bajo nivel socioeconómico, la residencia en grandes ciudades, deficiencia de las instalaciones para realizar actividad física, el incremento en el consumo de alimentos hipocalóricos, las jornadas escolares completas, marketing televisivo y el sedentarismo (Burrows, 2008).

Como ya se ha señalado, nuestro país no está ajeno a la realidad mundial en relación a la obesidad infantil, condición que ha seguido aumentando desde la década del 90. En el año 2001, según el Ministerio de Salud, la obesidad en menores de 6 años era de 7,4%, aumentando a 9,9% el 2010, y en los datos de primer año básico, la obesidad aumentó de un 16,2% a un 23,1% en ese mismo período, destacándose el incremento de un 20,8% del año 2008 a un 21,5% el año 2009 (Mardones, 2010).

La problemática de la obesidad infantil es más evidente en la Educación Municipal, como se demuestra al revisar los datos de escuelas de Puente Alto, comuna más habitada de Chile, en donde 14 escuelas municipalizadas de un total de 21, la

obesidad en niños de quinto y sexto año básico (entre 10 y 12 años) llegó a 14,7%. Esto resulta especialmente preocupante por las proyecciones de estas cifras, considerando que si no se interviene la obesidad de la infancia se mantiene en el resto de las etapas de la vida, llevando a esta población a ser de alto riesgo (Mardones, 2010).

En este sentido, Waters (2011) plantea que las intervenciones en el ambiente escolar constituyen una interesante oportunidad para la prevención y control del sobrepeso u obesidad.

Por otra parte, en relación a la situación de la actividad física y la alimentación en estudiantes Chilenos, la encuesta aplicada en el “Programa Chile se pone en forma” (IND, 2013) muestra que sólo un 63% de los alumnos de enseñanza básica realiza algún deporte o actividad física aparte de la asignatura de Educación Física y Salud impartida en los colegios.

A esto se suma que un 43,6% de los niños cae dentro de la categoría de sedentarios (con menos de 30 minutos de actividad física al menos tres veces por semana), siendo en su mayor parte mujeres (Mardones, 2010). Con respecto a la evolución de la situación alimentaria en nuestro país desde la década de 1960 hasta el año 2003, se han presentado sólo promedios nacionales, mostrando que

el suministro de energía a través de la dieta (kcal/ día/persona) ha aumentado. Por otra parte, respecto de la disponibilidad de alimentos, han disminuido frutas, verduras, pescados y mariscos, mientras las carnes han aumentado su participación en la dieta (Mendoza, 2007).

De acuerdo a lo establecido anteriormente, la clase de Educación Física y Salud se podría constituir en un espacio de intervención en este ámbito, ya que ella sería una instancia real de trabajo físico significativo considerando la diversidad de sujetos que pueden constituir un grupo de estudiantes.

Cabe mencionar que el término “salud” fue incluido en el nombre de la asignatura de Educación Física, a fin de responder a los problemas de sedentarismo en el país (Ministerio de Educación, Bases Curriculares Educación Física, 2012). Por su parte, el SIMCE de Educación Física aplicado en 2011 revela que solo un 10% de los alumnos tiene una condición física satisfactoria, mientras que el 20% tiene riesgo de contraer enfermedades cardiovasculares y cardiorrespiratorias.

Otra consideración relevante, es que en la clase de Educación Física y Salud hay una diversidad de sujetos, niños obesos, diabéticos, epilépticos y asmáticos, entre otros, que poseen características y necesidades especiales, evidenciando con ello, que cada niño es un ser individual que posee un historial físico y social que lo

diferencian de otros niños y que, en la mayoría de los casos, no es atribuible a él el resultado de esas vivencias y condiciones física (Britapaz, 2012).

Por otra parte, existen investigaciones que demuestran que en la clase de Educación Física y Salud, los alumnos con sobrepeso u obesidad no son parte de una adaptación de actividades acorde a sus necesidades, puesto que las clases en su mayoría son de actividad física, evidenciándose así, un rendimiento físico más limitado (Figueroa, 2010).

Frente a esto, el docente debe cumplir con su responsabilidad de constantemente buscar alternativas que proporcionen en los estudiantes placer interno por las actividades y/o ejecuciones que se realizan y los muevan a buscar cada día nuevas experiencias en la clase de Educación Física y Salud (Figueroa, 2010).

Conforme a los antecedentes presentados anteriormente, surge como interés desarrollar un estudio que se centre en describir la motivación de los estudiantes con sobrepeso y obesidad para participar en la clase de Educación Física y Salud.

## **1.2 Pregunta de Investigación**

¿Cuál es la motivación de estudiantes con sobrepeso y obesidad de 6to año básico en la asignatura de Educación Física y Salud en tres establecimientos municipales de la comuna de Hualpén?

## **1.3 Objetivos de Investigación**

### **1.3.1 Objetivo General**

Describir la motivación de estudiantes con sobrepeso y obesidad de 6to año básico en la asignatura de Educación Física y Salud en tres establecimientos municipales de la comuna de Hualpén.

### **1.3.2 Objetivos específicos**

1. Identificar a estudiantes de 6to año básico que presenten rangos de sobrepeso u obesidad en la asignatura de Educación Física y Salud en tres establecimientos municipales de la comuna de Hualpén.
2. Identificar el tipo de motivación de estudiantes con sobrepeso y obesidad de 6to año básico en la asignatura de Educación Física y Salud en tres establecimientos municipales de la comuna de Hualpén.
3. Identificar los factores que motivan a los estudiantes con sobrepeso y obesidad de 6to año básico en la asignatura de Educación Física y Salud en tres establecimientos municipales de la comuna de Hualpén.



## **1.4 Definición de Variable**

Una variable es una propiedad que puede variar y cuya variación es susceptible de medirse u observarse (Hernández, 2003). En esta investigación, las variables son:

- **Motivación**

### **Definición Conceptual**

Trechera (2005) explica que, etimológicamente, el concepto de motivación viene del latín motus, que se relaciona con aquello que moviliza a una persona para ejecutar una actividad.

El término motivación es un constructo teórico que se emplea hoy en día para explicar la iniciación, dirección, intensidad y persistencia del comportamiento, especialmente de aquel orientado hacia metas específicas. Así, un motivo “es un elemento de conciencia que entra en la determinación de un acto volitivo; es lo que induce a una persona a llevar a la práctica una acción” (Díaz, 2002, p. 67). De esta forma, es posible conceptualizar a la motivación como el proceso por medio del cual un sujeto se plantea un objetivo, utiliza los recursos disponibles adecuados y mantiene una conducta determinada, con el fin o de lograr una meta.

## **Definición Operacional**

La variable de investigación será medida a través de la utilización de un instrumento de recolección de información, expresado en una escala Likert, denominado “Motivación para participar en la clase de Educación Física y Salud” (MPEFS), la cual fue construida teniendo como base el cuestionario “Motivación en las clases de Educación Física” (CMEF) formulado por Sánchez-Oliva el año 2012.

La escala MPEFS, será aplicada a estudiantes de sexto año básico en tres establecimientos municipales de la comuna de Hualpén, sin excepciones, para luego seleccionar la información aportada por los estudiantes con sobrepeso y obesidad con el fin de describir la motivación de estos en la asignatura de Educación Física y Salud.

- **Obesidad**

## **Definición Conceptual**

De acuerdo a la OMS (2015), el sobrepeso y obesidad, es la acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud, y que tiene como causa principal el desequilibrio entre la ingesta calórica y el consumo de energía.

## Definición Operacional

Un mecanismo sugerido para el estudio de la obesidad consiste en calcular el Índice de Masa Corporal (IMC), por medio del cual se obtienen un conjunto de datos eficaces y necesarios para el reconocimiento de aquellos preadolescentes obesos o con tendencia a la obesidad. Para calcular el IMC se utiliza la expresión matemática:  $(\text{kg}/\text{m}^2)$ . El valor obtenido no es constante, sino que varía con la edad, el sexo y de factores, como las proporciones de tejidos muscular y adiposo. A continuación se presenta la clasificación de la (OMS, 2004) del estado nutricional.

<b>Clasificación</b>	<b>Valores</b>
<b>Infrapeso</b>	<b>&lt;18,50</b>
Delgadez severa	<16,00
Delgadez moderada	16,00 - 16,99
Delgadez aceptable	17,00 - 18,49
<b>Normal</b>	<b>18,50 - 24,99</b>
<b>Sobrepeso</b>	<b>≥25,00</b>
Preobeso	25,00 - 29,99
<b>Obeso</b>	<b>≥30,00</b>
Obeso tipo I	30,00 - 34,99
Obeso tipo II	35,00 - 39,99
Obeso tipo III	≥40,00

Fuente: OMS (2004)

## **1.5 Justificación**

La motivación ha sido de interés en diferentes campos de estudio como la psicología, sociología y en educación, entre otros, debido al efecto en el quehacer humano y en el logro de sus metas de vida. Por cuanto conocer al hombre, su forma de pensar, sus necesidades, su forma de actuar, su inclinación a ciertos objetos y su proyección, ha resultado ser centro de atención desde los inicios de la investigación (Rodríguez, 2012).

En este sentido, en el proceso de enseñanza aprendizaje la motivación cumple un rol importante en la actuación de los estudiantes, puesto que, la motivación ayuda a alcanzar el logro de objetivos de dicho proceso. Paralelamente, en la clase de Educación Física y Salud existe una diversidad de estudiantes, por lo tanto, se debe buscar la forma de incentivarlos a participar en ella, independiente de sus características personales. Frente a eso Moreno (2005) señala que la motivación se convierte en un pilar básico, indiscutible y nexo de unión entre los estudiantes y la asignatura.

Las actividades propuestas por el docente y su relación con el estudiante se convierten en un factor motivacional, más aún si brinda ayuda oportuna a aquellos que presentan dificultades. Por el contrario, las decisiones injustas e incluso una presencia personal inadecuada no estimulan al estudiante e influye negativamente en su estado de ánimo, es así como los estudiantes realizan actividades de forma satisfactoria si el nivel de motivación hacia la misma es adecuado (Rodríguez, 2012).

Lo anterior, pone en evidencia que en el ámbito de la Educación Física y Salud es relevante que los docentes consideren, a través de su actividad pedagógica, las individualidades de los estudiantes, como en el caso de aquellos que presenten sobrepeso u obesidad, los cuales se ven mayormente afectados, ya que son clases en que predomina la actividad física y se hace imprescindible el poder motivarlos adecuadamente a participar de las actividades de la clase.

En general, el área de Educación Física y Salud busca la ejecución de habilidades de manera normativa, es decir, que los estudiantes se aproximen a la perfección obviando aspectos inherentes a la motivación, por otra parte, se detectan deficiencias en establecimientos educacionales tales como: la oferta limitada de disciplinas deportivas, escasez de actividades extraescolares, así como de recursos materiales e infraestructura. Esto dificulta la participación de algunos

sectores, principalmente en el caso de estudiantes que presentan sobrepeso u obesidad, lo cual provoca advenimiento de conductas frustradas que desencadenan el desprecio a la práctica regular de actividad física (Galache, 2008).

En consecuencia, esta investigación se llevó a cabo en establecimientos municipalizados, puesto que, los sujetos de estudio, estudiantes con sobrepeso u obesidad, se encuentran con mayor asiduidad en esas dependencias. Esto concuerda con datos del Ministerio de Educación (2012) señalando que un 45% de los estudiantes de establecimientos municipales presenta sobrepeso u obesidad mientras que el 30% presenta esta condición en recintos particulares pagados.

Paralelamente, se optó por realizar la investigación con estudiantes de enseñanza básica, debido a que estudios demuestran la prevalencia de obesidad en edades tempranas, así lo indican las cifras del Mineduc (2012), de manera que, actualmente 4 de cada 10 alumnos de enseñanza básica presenta sobrepeso u obesidad.

Finalmente, se optó por el nivel de sexto año básico, dadas las características de los estudiantes, de acuerdo a los cambios en su etapa de desarrollo a nivel físico, endocrino, intelectual, social y emocional.

Esta investigación pretende ser un aporte al conocimiento sobre la motivación de los estudiantes con sobrepeso u obesidad a participar en la clase de Educación Física y Salud, y cómo los docentes de la especialidad pudieran mejorar su quehacer pedagógico, valorando las competencias, habilidades y capacidades de los estudiantes, para que mantengan su autoestima, auto concepto y autoimagen.

## 1.6 Estado del Arte

Al realizar una revisión de la literatura, publicaciones y estudios existentes sobre el tema de investigación, se puede apreciar que muchos de ellos tocan tangencialmente el objeto de estudio de la presente investigación sin abordarlo de forma directa.

Baena-Extremera (2013, citado por Ortíz, 2014) plantea que, la motivación es uno de los elementos esenciales para el logro de objetivos dentro de una clase, en cualquier área de la enseñanza es reconocida la importancia que tiene que los alumnos estén motivados.

En el ámbito de la Educación Física, se ha estudiado extensamente el tema de la motivación y su relación con la clase, Moreno en 2005, puntualiza por ejemplo que la motivación es un pilar básico, indiscutible y nexo de unión entre los estudiantes y la asignatura; de estudios como el señalado se ha considerado importante por parte de otros investigadores determinar los motivos de participación de los estudiantes en la clase de Educación Física, creando métodos para estudiar esta motivación, claro ejemplo de ello es el “Cuestionario de Motivación en las clases



de Educación Física” (CMEF), desarrollado y validado por Sánchez Oliva el 2012 para población española, el cual busca establecer el tipo de motivación de los estudiantes a participar en dicha clase.

Como ya se ha mencionado a nivel internacional son numerosos las publicaciones y estudios que han señalado los diversos factores que condicionan la motivación de los estudiantes hacia la actividad física y la Educación Física, en preadolescentes y adolescentes, como lo plantea el estudio de Quevedo Blasco y Bermúdez en el 2009 titulado “Análisis de la motivación en la práctica de actividad física deportiva en adolescentes”, en donde se analizan los factores que inciden en la motivación de los adolescentes españoles en la actividad física. De la misma forma, estudios como “La Educación Física Escolar ante el problema de la Obesidad y el Sobrepeso” de Sergio Santos Muñoz en 2005, abordan la relación de la obesidad y la Educación Física y cómo esta es un efectivo agente de prevención de la obesidad o sobrepeso en la población adolescente española.

A nivel nacional los estudios y publicaciones sobre la temática de investigación son escasos, encontrándose una referencia en el estudio denominado “Interés y desinterés de las alumnas de la Escuela Municipal Francia de Valdivia por la clase de Educación Física”, realizado por Alejandro Bórquez en 2009, que si bien da

una clara visión de los factores que generan el interés y desinterés a participar de la clase de Educación Física, no considera entre estos la condición de sobrepeso u obesidad de las estudiantes.

Por lo anteriormente expuesto, es posible mencionar que si bien la diversidad de estudios entregan antecedentes e información relevante en relación a la motivación a la participación en la clase de Educación Física, y la importancia de ésta como agente de prevención hacia el sobrepeso u obesidad en escolares, son escasos los estudios y, por lo tanto, también es escasa la información sobre la motivación de los estudiantes preadolescentes con sobrepeso u obesidad a participar en la clase de Educación Física y Salud.

## **CAPÍTULO II. MARCO CONCEPTUAL Y TEÓRICO**

## **2.1 La Motivación en Educación Física y Salud**

### **2.1.1 Motivación**

Como se ha planteado con anterioridad, existe un amplio desarrollo de investigaciones relacionadas con la motivación, así, diversos autores como Piaget, Maslow, Bandura, McClelland, Vroom, entre otros, han estudiado este tema, por lo que se hace de vital importancia entender el significado de este concepto.

El diccionario de la Real Academia Española (2001) señala como significado de motivación: “ensayo mental preparatorio de una acción para animar o animarse a ejecutarla con interés y diligencia”, de lo que se deduce que la motivación es siempre previa a una acción.

Mediante una frase muy ilustrativa, Piaget (1954) señala que la motivación es el aparato cognitivo lo que es la gasolina al auto, es decir, es eso que lo pone en funcionamiento, pero no es lo mismo que la estructura.

Según Lahey (1999) la motivación es entendida como un estado interno que activa y dirige nuestros pensamientos, sentimientos y formas de hacer.

En cambio, Carrasco (2004) opina que la motivación consiste en el hecho de poner en actividad un interés o motivo, en el cual, el motivo es interior: es la razón íntima de la persona que le lleva a actuar, el incentivo, por el contrario, es exterior: es lo que satisface la necesidad.

Por otra parte, López (2010) afirma que la motivación en términos generales es la palanca que mueve toda conducta humana, lo que nos permite provocar cambios tanto a nivel escolar como de la vida en general.

Viadé (2003) menciona que “normalmente intervienen más de una motivación al mismo tiempo. Algunas de estas motivaciones son incluso de carácter inconsciente, y la mayoría son del interés propio de cada uno de los individuos” (p. 126)

También resulta interesante la proposición de Roberts (2001) frente al concepto de motivación, que hace referencia a aquellos factores de la personalidad, variables

sociales, y/o cogniciones que entran en juego cuando una persona realiza una tarea para la cual es evaluada, entra en competición con otros, o intenta lograr un cierto nivel de maestría.

En consecuencia, existe una multitud de teorías acerca de cuáles son los impulsos o fuentes de motivación que llevan a una persona a realizar cualquier tipo de acción. A continuación se exponen algunas de ellas:

#### **a) Teoría de la jerarquía de las necesidades**

El psicólogo estadounidense Abraham Maslow postuló la teoría de las Jerarquías de los Motivos (1954) en la cual señala que el hombre continuamente encuentra motivaciones, que están relacionadas directamente con una necesidad, con el objetivo para alcanzar una meta.

Alecoy (2010, citando a Maslow, 1954) menciona que las personas al nacer están provistas de cinco necesidades organizadas las cuales se deben satisfacer en forma jerárquica, de forma que las necesidades básicas sean satisfechas antes de que puedan emerger motivos superiores.

De acuerdo con Maslow, las necesidades humanas tienen las siguientes jerarquías:

- a. Necesidades Fisiológicas (aire, comida, reposo, abrigo)
- b. Necesidades de Seguridad (protección contra el peligro o las privaciones)
- c. Necesidades de Pertenencia o Sociales (amistad, pertenencia a grupos)
- d. Necesidades de Estima (reputación, reconocimiento, auto respeto, amor)
- e. Necesidades de Autorrealización (realización del potencial, talentos individuales)

## **b) Teoría de las Necesidades**

La teoría desarrollada por McClelland (1961) postula que todos los individuos poseen diferentes necesidades psicosociales, tales como:

- **Necesidad de logro**

Se refiere al esfuerzo por sobresalir ante un grupo, el logro en relación con un grupo y la lucha por el éxito.

- **Necesidad de poder**

Se refiere al hecho de conseguir que las demás personas se comporten en una manera que no lo harían, es decir, al deseo de tener impacto sobre otros individuos, de influir y controlar a los demás.

- **Necesidad de afiliación**

Hace referencia al deseo de relacionarse con otros, entablar relaciones interpersonales amistosas y cercanas con los demás.

Con respecto a lo anterior, McClelland (1961) sostiene que los individuos se encuentran motivados de acuerdo con la intensidad de su deseo por desempeñarse, es decir, una forma de tener éxito en situaciones de competición.

### **c) Teoría de las expectativas**

Una de las teorías de más aceptación en el entorno de la motivación es la teoría de las expectativas de Víctor Vroom (1964). Esta teoría sostiene que los individuos actúan en base a expectativas, y la tendencia para actuar, depende de la convicción de que su actuar lo conducirá al logro de ciertos resultados. Por lo tanto, el sujeto se esforzará por lograr aquello que desea, siempre y cuando piense que esa meta esté a su alcance y pueda lograrlo.

Esta teoría incluye tres elementos o variables:

- **Expectativa**

Es el vínculo entre el esfuerzo y el desempeño y se refiere a la probabilidad percibida por el individuo de que su esfuerzo le permitirá alcanzar un nivel de desempeño deseado.



- **Fuerza**

Es el vínculo entre el desempeño y la recompensa, el grado en que el individuo cree que desempeñarse a un nivel en particular, es el medio para lograr el resultado deseado.

- **Valencia**

Es lo atractivo que puede resultar la recompensa, la importancia que el individuo dé al resultado o recompensa potencial que se puede lograr en el trabajo.

#### **d) Teoría de Fijación de metas**

Teoría postulada por Locke en 1968, supone que las intenciones de trabajar para conseguir un determinado objetivo es la primera fuerza motivadora del esfuerzo, por ende determina el esfuerzo desarrollado para la realización de tareas.

Latham y Locke (2004) mencionan que las metas son importantes en cualquier actividad, ya que motivan y guían nuestros actos y nos impulsan a dar el mejor rendimiento, por lo tanto, son una fuente básica de motivación. A continuación se detallan funciones primarias de las metas.

- a. Al especificar una meta, se debe dirigir el enfoque hacia esa meta y no hacia actividades que no se relacionan a ella.

- b. El establecer una meta es un acto de conducta estimuladora.
- c. Las metas tienen un efecto positivo sobre la persistencia.
- d. Las metas dirigen a la persona hacia el descubrimiento de mejores formas de alcanzar un objetivo.

### **2.1.2 Tipos de motivación**

Diversos autores clasifican la motivación de distintas formas, Latham y Locke (2004) mencionan que en el concepto de motivación se pueden observar factores internos que impulsan la acción y factores externos que pueden actuar como incentivos. De aquí es posible inferir la clasificación de la motivación en dos:

- **Motivación Intrínseca**

Baquero (1999) señala que la motivación intrínseca se refiere a aquellas acciones que el sujeto realiza por interés y curiosidad, y en donde no hay recompensas externas.

Paralelamente, Woolfolk (2010) considera este tipo de motivación como una tendencia natural de buscar y vencer desafíos, según los intereses personales del sujeto, sin necesidad de incentivos ni castigos.

Por otra parte, Alcaraz (2001) propone que los seres humanos son inherentemente motivados, ya sea por curiosidad, por el placer que supone la realización de una tarea o por el interés que su ejecución conlleva.

- **Motivación Extrínseca**

La motivación extrínseca es el efecto de acción o impulso que producen en las personas determinados hechos, objetos o eventos que las llevan a la realización de actividades o tareas, pero que proceden de afuera (García, 2008).

Para Baquero (1999) la motivación extrínseca, es aquella que lleva al sujeto a realizar una conducta para satisfacer otros motivos que no son la actividad en sí misma.

Cabe destacar que autores como Pervin (1985), sostienen que la presencia de recompensas puede perjudicar el desarrollo de la tarea, debido a que la actividad se realizaría con el fin de obtener algún tipo de beneficio.

### **2.1.3 Motivación y Aprendizaje**

La motivación está muy relacionada con el aprendizaje y lo afecta de forma positiva o negativa. La falta de motivación dentro del aprendizaje, es una de las principales causas de problemas en este proceso. Los estudiantes motivados aprenden con mayor rapidez y más eficazmente, que los estudiantes que no están motivados. (Miguez, 2005)

La motivación dentro del proceso educativo es lo que impulsa a un estudiante para tratar de aprender. Frente a esto, López (2005) postula que la motivación es una forma de predecir el comportamiento académico ya que altos niveles de motivación se suelen relacionar con un alto grado de rendimiento por parte del alumno.

Cuando se dispone a explicar el fenómeno de la motivación en los estudiantes se debe distinguir el origen de ésta, es decir, si la motivación o ganas de aprender son internas o externas del alumno (García, 2008)

Conforme a lo anterior, García (2004) se refiere a motivación intrínseca cuando un estudiante realiza actividades de aprendizaje impulsado por motivos personales y por la satisfacción que le produce el aprendizaje. López (2005), a su vez, postula que esta motivación está unida al concepto de metas y objetivos centrados en el aprendizaje, es decir, se trataría de aquel alumno interesado en aprender, en obtener y desarrollar conocimientos y habilidades por mero placer de atender.

Por otra parte García (2008), se refiere a motivación extrínseca cuando los estudiantes realizan las actividades de aprendizajes por un motivo distinto al propio aprendizaje, por ejemplo: para obtener recompensas o evitar sanciones, por orden de los padres, etc. Esto quiere decir, que al estudiante no le interesa el aprendizaje en sí mismo, sino las consecuencias que se derivan de su conducta de aprendizaje. Por lo general, las consecuencias de este tipo de motivación son negativas, y para mantener este tipo de motivación es necesario mantener de forma permanente los refuerzos externos (premios y castigos). Este tipo de motivación es necesaria en algunas ocasiones, sin embargo, tiene un punto de flaqueza: la motivación desaparece cuando los refuerzos dejan de llevarse a cabo.

Por otra parte Deci y Ryan (1991, citados por Cox, 2008) identifican cuatro tipos de motivación extrínseca que a continuación se describen:

**Regulación Externa:** la conducta es regulada por contingencias externas (premios y castigos). Llevando esto al ámbito educativo, es posible señalar como ejemplo, la actividad de estudiar con el fin de conseguir aprobar o por presiones externas (Moreno, 2012)

**Regulación Introyectada:** el sujeto está motivado por estímulos internos y presiones, aunque su conducta es regulada por contingencias externas. Lo que relacionado con la educación se podría ejemplificar indicando que un alumno estudiará porque obtuvo baja calificación en la evaluación anterior (Smith, 2010)

**Regulación Identificada:** el sujeto elige libremente comprometerse con alguna actividad que no percibe precisamente interesante pero que si puede alcanzar un propósito que le interesa (Cox, 2008)

**Regulación Integrada:** la motivación es autónoma, la actividad suele ser valorada y congruente con metas y valores propios (Moreno, 2012)

Woolfolk (citado en Díaz, 2002) considera que es imposible saber si el comportamiento de un alumno está bajo una motivación extrínseca o intrínseca con sólo observarlo, pues se debe conocer las razones del alumno al actuar, es decir, ubicar la causa dentro o fuera de la persona.

Cabe destacar los grandes aportes de Bandura (1969) en materia de aprendizaje y motivación, él sugiere el aprendizaje por observación o vicario, en que el sujeto, a través de cuatro etapas, presta atención, retiene la información, reproduce una acción, y finalmente existe una incentivación o motivación, en donde el refuerzo posee importantes propiedades de información para el aprendizaje y efectos directos sobre el desempeño, por ejemplo, en este tipo de aprendizaje los estudiantes observan a sus maestros, los imitan, son reforzados, y por ello, continúan haciéndolo.

De este modo, Bandura (1969 citado por Arancibia, 2008) afirma que el rol de los profesores es trascendental, puesto que, no son simples transmisores sino que modelos a seguir, cada uno con un rol activo en los mensajes aprendidos por sus alumnos y las predicciones que ellos hacen de sus propias habilidades de autoeficacia.

Continuando con el aprendizaje vicario, Bandura (1969) sostiene que éste está determinado por los procesos de motivación, los cuales determinan el proceso de modelamiento. De esta manera, el autor plantea que la motivación puede provenir de tres incentivos significativos.

**Incentivo Directo:** este se puede alcanzar a través de la propia experiencia de logros al realizar una conducta determinada, además tiene un valor funcional.

**Incentivo Vicario:** cuando vemos que una persona obtiene una recompensa al realizar una conducta, ésta se tiende a imitar, esto quiere decir que la conveniencia fortalece la motivación sobre todo cuando el modelo es prestigioso y competente.

**Incentivo Autoproducido:** la percepción de nuestra capacidad para producir acciones, son los juicios personales sobre las capacidades propias para organizar y poner en práctica las acciones necesarias con el fin de alcanzar el grado propuesto de rendimiento, en pocas palabras, es lo que creemos que podemos hacer.



#### **2.1.4 Motivación y Educación Física**

Es posible conceptualizar a la Educación Física como ante todo, educación y no solo adiestramiento corporal. Es acción del quehacer educativo que atañe a toda la persona, no sólo el cuerpo por lo que apunta a un desarrollo integral y holístico. El sujeto en Educación Física, no sólo es un simple compuesto orgánico, es un ser físicamente capaz, físicamente expresivo, es ser en movimiento (Ríos, 2005).

La motivación hacia la Educación Física influye en la actitud que adoptan los alumnos, el modo en que realizan las actividades, así como en el nivel de esfuerzo que requieren para cumplir con las tareas de la misma. Para Sáenz (1999), la motivación es básica para lograr la atracción de los alumnos hacia la práctica de actividades físicas.

Por lo tanto, es necesario garantizar la toma de conciencia de parte de los estudiantes hacia la Educación Física a partir de la importancia que tienen las actividades que se realizan, donde el profesor se encargará de comunicar a sus estudiantes el por qué y para qué se realizan las actividades de la clase, de esta manera crear en ellos durante el proceso de enseñanza-aprendizaje, la necesidad de realizar las actividades propuestas.

### **2.1.5 Factores Motivantes para el Aprendizaje**

En relación a los factores, es posible señalar que, Bou (2009) define el aprendizaje como “el conjunto de pasos que da un individuo para adquirir un determinado conocimiento, ya sea un concepto, un procedimiento o bien una actitud” (p. 75)

Conforme a lo anterior, García (2008) plantea que en la motivación para el aprendizaje, influyen múltiples factores que no se producen de forma mecánica, esto quiere decir, que puede predecirse su efecto o ser manipulados para conseguir el resultado deseado. La influencia de cada factor es dependiente de la interacción que ocurra con el resto de los factores. A continuación, se presentan los factores motivantes propuestos por García (2008).

Los factores personales son aquellos que influyen en el desarrollo y mantenimiento de la motivación para el aprendizaje. Para que esto ocurra, las metas que tenga cada estudiante en relación con su actividad escolar van a influir de manera diferente sobre su disposición a esforzarse y, por ende, sobre su rendimiento. No es lo mismo que un alumno estudie buscando su desarrollo personal, a que lo haga por temor a recibir un castigo o por obtener una recompensa. Dentro de estos factores, a su vez, se encuentran otros factores como: deseos, pensamientos, emociones, reacciones de los demás,

consecuencias, etc., que influyen en su conducta de aprendizaje, configurando una forma personal de afrontar las tareas escolares (García, 2008).

Los Factores familiares y sociales, según García (2008), son los factores influyentes en el desarrollo y mantenimiento de la motivación de los estudiantes por aprender. Así, dentro de los factores familiares encontramos el nivel socioeconómico, educativo y cultural de los padres, la valoración que la familia tiene de la cultura, la educación y el conocimiento, la atención y ayuda prestada a sus hijos, las expectativas de los padres respecto al futuro de sus hijos, el control ejercido sobre ellos, el seguimiento de sus actividades escolares, el conocimiento de las amistades de sus hijos, las actividades de ocio promovidas por la familia, las relaciones personales afectivas entre los miembros de la familia, entre otros.

En el núcleo de estos factores podemos destacar como más relevantes el entorno social en que se desenvuelven los estudiantes, la valoración social de la cultura, los aprendizajes, la educación o los títulos académicos, los valores dominantes en la sociedad, los modelos dominantes de paternidad y de relaciones entre padres e hijos, los medios de distracción y ocio de que disponen los estudiantes, etc. (García, 2008)

### **2.1.6 Factores motivantes para la clase de Educación Física y Salud**

La asignatura de Educación Física y Salud se enmarca en el proceso de formación integral del ser humano, otorgando oportunidades para desarrollar habilidades en ámbitos cognitivo, emocional, físico y social del alumno, así lo fundamentan las bases curriculares (Ministerio de Educación, Bases Curriculares Educación Física, 2012).

Por ello, resulta importante comprender los factores personales y situacionales que determinan la motivación de los preadolescentes en los ámbitos de la asignatura.

Al respecto, Sánchez (2010) describe tres factores motivantes que intervienen en el proceso de enseñanza aprendizaje en la clase de Educación Física y Salud, a saber:

#### **a) El Profesor**

La gran pregunta que todo profesor de Educación Física y Salud se debiese hacer, sería aquella que se relacione con la forma de intervención que provocará

el deseo de aprender en cada uno de sus alumnos, es decir, parte de la labor del docente, correspondería a exponer ciertos contenidos que despierten en sus estudiantes la motivación y atención.

Para Sánchez (2010), el docente debe poseer empatía, ser capaz de ponerse en la situación de sus estudiantes, respondiendo adecuadamente a sus necesidades, puesto que, su personalidad juega un papel fundamental en el desarrollo de la clase. Este debe mover a sus alumnos siempre en forma entusiasta. Además, sostiene que la atmósfera que sea capaz de crear el profesor, el diálogo, el respeto, o las expectativas que manifieste sobre sus estudiantes, pueden determinar los niveles de adquisición a conseguir en acciones específicas a realizar. Por otra parte, al entablar ciertas relaciones alumno-profesor, se comienzan a evitar problemas que puedan surgir cuando este último desconoce a cada uno de sus estudiantes como personas con características distintas entre sí. El profesor tiene la obligación de conocer profundamente a sus estudiantes, los cuales pueden presentar grandes diferencias en tanto a su desarrollo motor, cognitivo, experiencias motrices.

## **b) El Estudiante**

Por sí mismo el estudiante es un componente motivador, es él quien debe tener completa seguridad de cuáles son sus propios recursos, aumentando su competencia motriz. Los estudiantes que se sienten más motivados para aprender, son aquellos que se ven favorecidos o tienen mayor relación con el éxito (Sánchez, 2010).

Según Ruíz (1995) la experiencia motriz, las capacidades y cualidades de los estudiantes, juegan un papel muy importante, de modo que la competencia motriz, conjunto de conocimientos, procedimientos, actitudes y sentimientos que interceden en las posibles interacciones que realiza el estudiante en su propio espacio y con el de los demás, se vea relacionada con la percepción de seguridad en los propios recursos que el estudiante posee, superando así, distintos problemas motrices que le pueden ser planteados, dentro de la clase de Educación Física y Salud como también en su vida cotidiana.

Sánchez (2010) menciona que un estudiante inseguro, se sentirá menos motivado para aprender que aquel, que se ha visto favorecido con acciones exitosas. Por otro lado, el alumno debe comprender el por qué y para qué se están realizando

las actividades, ya que si este no comprende la importancia de estas acciones, es menos probable que se halle motivado para realizarlas.

### **c) Contenidos curriculares o programáticos**

Los contenidos propuestos por cada profesor en sus planificaciones muchas veces son novedosos e interesantes, pero de cierto modo no se ven reflejados en la práctica, debido a que los contenidos no se adaptan a las necesidades de los estudiantes, haciendo que este contenido no sea lo suficientemente atractivo y practicable al nivel en el cual se encuentran los estudiantes (Sánchez, 2010)

En consecuencia, Sánchez (2010) señala que la metodología aplicada debe ser acorde a las necesidades de los estudiantes, no se trata de duplicar una misma sesión de trabajo de otros profesores, sino que buscar la innovación para que los sujetos sean capaces de realizar las tareas y no disminuya su motivación.

### **2.1.7 Recursos del profesor para mejorar la motivación de sus estudiantes**

Sánchez (2010) menciona que para lograr la motivación durante las sesiones de Educación Física y Salud, el docente dispone de una serie de recursos didácticos y técnicas que de ser posible, puedan interactuar de modo de no priorizar uno por sobre los demás. A saber:

#### **a) Expectativas**

En el contexto educativo los estudiantes, aprenden y logran desarrollar sus habilidades de interacción con los demás, estableciendo relaciones con sus pares y profesores. Tanto el profesor como el educando, reacciona frente a los demás, de tal manera que, estas reacciones se ven influidas por la representación y percepción que se tiene de ellos. Según Coll y Miras (1990, citados por Arancibia, 1997), el origen de estas representaciones, se relacionan con la información cogida previo al primer encuentro y la observación mutua. Estas fuentes de información son sometidas a procesos de selección y organización, que parece ser la concepción de rol que cumple el profesor de los alumnos e inversamente. Por lo tanto, este rol corresponde a expectativas de comportamientos asociadas con el estatus, función o posición que ocupa una persona en un sistema social determinado. Así, Arancibia (1997) señala que el profesor caracteriza a sus



alumnos en determinada manera, y guía su acción en función a las características que él les atribuye.

### **b) Efecto Pygmalión**

Según Sánchez (2010) las percepciones que el maestro tiene de los estudiantes se relacionan con el auto concepto del alumno y con su rendimiento académico. En este sentido, Brígido (2006), entiende esto como: “el maestro considera que un estudiante carece de capacidad y espera de él un bajo rendimiento, actuará de manera tal que provocará en el alumno un comportamiento acorde a esa percepción” (p. 62)

Este efecto se puede reflejar negativamente, por ejemplo, puede existir un grupo de estudiantes del cual se obtenga una imagen en donde ellos se ven desmotivados, desordenados, descoordinados, etc. Si el profesor desarrolla su clase basándose en esa imagen de sus estudiantes, terminará consiguiendo que ellos perciban, asimilen y actúen como el profesor está pensando, por lo tanto, la participación que ellos logren no será la más adecuada para su desarrollo, lo cual surge un efecto pygmalión negativo. Por el contrario, si se utiliza esta herramienta de manera inversa, se podrían obtener resultados positivos, es decir, se crearía un efecto pygmalión positivo.

En conclusión, se deberían generar expectativas positivas sobre el grupo de estudiantes con el cual se está trabajando, pensando en que ellos serán capaces de desarrollar los ejercicios o actividades propuestas, creando así un ambiente favorable y una empatía entre profesor y estudiante.

### **c) Variedad de estrategias didácticas**

Es necesario crear situaciones didácticas distintas y nuevas dentro de la clase. Se debe utilizar la imaginación y ser completamente creativos para poder crear situaciones nuevas y motivantes, por ejemplo, utilizar los materiales que se emplean comúnmente (balones, conos, aros) de una manera menos convencional, así se evitará replicar el cómo trabajan otros profesores. Utilizar música, pero siempre ir variando en los temas que se colocan, para que no suenen repetitivos y se caiga en la monotonía.

Heredia (2010) plantea que los preadolescentes por lo general, prefieren materiales pequeños (cuerdas, latas, aros) para su utilización propia y así no compartir con sus pares, puesto que, no les gusta depender de otros para lograr victorias en las actividades. Aunque el uso de materiales grandes (colchonetas, paracaídas, cajas) puede ser un gran factor de inclusión a través de juegos, los cuales proyectan al estudiante hacia el trabajo colaborativo, la sociabilización y la participación activa en la clase.

#### **d) Refuerzo positivo**

Está relacionado fuertemente con los incentivos verbales hacia los resultados de las acciones de los estudiantes, la función de los refuerzos es la de aumentar las posibilidades de que un comportamiento se realice, por lo tanto, el uso de estímulos agradables y reconfortantes generará un contexto positivo que aumentará las condiciones de aprendizaje (Sánchez, 2010)

Lo anterior es consecuente con el principio básico del condicionamiento operante, es decir, si una operante específica es seguida por resultados agradables a quien aprende, es probable que el acto se realice más seguido en condiciones similares. En cambio, si repetidamente la conducta genera efectos desagradables, es probable que se repita con menos frecuencia (Davidoff, 1999)

#### **e) Incentivos verbales hacia los resultados**

Un recurso para favorecer la motivación en la clase, está enfocada al cómo incentivan los profesores cuando un estudiante está realizando una tarea, es decir, utilizar expresiones que logren cautivar al estudiante, tales como “continúa”, “una vez más”, “muy bien, eso es”, permitirán de cierta forma encubrir alguna acción que esté realizando el estudiante, la cual necesita aún más de trabajo (Sánchez, 2010)

### **2.1.8 La Desmotivación**

Según Ryan y Deci (2000, citado por Gómez, 2013), mencionan que la desmotivación se caracteriza porque el sujeto no tiene la intención de realizar algo y va acompañada de sentimientos de frustración y ansiedad, debido a la falta de incentivo.

Sánchez (2014) menciona que la desmotivación es el nivel más bajo de autodeterminación en el que el sujeto no encuentra motivos (ni intrínsecos ni extrínsecos) para involucrarse en el desarrollo de la actividad.

Así, en el contexto escolar, Valero (2003) menciona algunas sugerencias para la labor docente frente la desmotivación de sus alumnos.

- a) Es conveniente conocer los factores y actitudes que puedan extinguir el entusiasmo de sus alumnos para tratar de evitarlos.
  
- b) No se debe presentar el aprendizaje como algo meramente memorístico o doloroso.

- c) Conocer el cociente intelectual, físico-motriz y social de sus alumnos mediante la aplicación de tests y así exigir a cada alumno según sus capacidades.
  
- d) No utilizar tópicos diciendo que todos los alumnos son iguales. Si no hay dos alumnos iguales. ¿Por qué se va a exigir a todos el mismo nivel?

En este sentido, Curiel (2007) señala que los docentes deberían conocer cómo perciben los preadolescentes las clases de Educación Física y cuál es su grado de satisfacción para reflexionar referente a la medida en que es necesario mejorar sus expectativas y tomar decisiones que permitan mantener los puntos fuertes de la posible percepción positiva y por el contrario fortalecer los puntos débiles que se presenten en relación a la asignatura, todo ello orientado a mejorar el aprendizaje como la adquisición de hábitos favorables hacia la práctica regular de actividad física.

## **2.2 Obesidad: la epidemia del siglo XXI**

La Obesidad se constituye en un problema nutricional frecuente. El creciente aumento excesivo de peso en niños y adolescentes a nivel mundial es un hecho evidente (Hassink, 2009). El Ministerio de Salud (2014) señala que, el 34% de los menores de seis años está mal nutrido pero, a diferencia de 1960, ahora por exceso de peso: al ingresar a primero básico, el 24% tiene sobrepeso y el 10% obesidad.

Por ende, es un importante problema de salud pública en la mayor parte de los países, el cual disminuye la esperanza de vida y genera altos costos sociales y económicos. La tendencia ha sido creciente a nivel mundial, con un aumento superior al 75% en los últimos 30 años, evidenciándose que en el año 2015 hubo más de 700 millones de personas con obesidad (Mardones, 2010).

Chile está entre los 10 países con más obesidad y sobrepeso en menores de 20 años. Incluso, un estudio publicado en la revista *The Lancet*, lo sitúa como el quinto país en que más ha aumentado este índice desde 1980.

### **2.2.1 Concepto de Sobrepeso y Obesidad**

De acuerdo a la OMS (2015), el sobrepeso y obesidad, es la acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud, y que tiene como causa principal el desequilibrio entre la ingesta calórica y el consumo de energía.

En relación al sobrepeso, Ortega (2006) señala que es un indicador que muestra que una persona tiene más peso del que corresponde con su talla.

Por otra parte, Moreno (2000) conceptualiza la obesidad como “un aumento de composición de grasa corporal. Este aumento se traduce en un incremento del peso y aunque no todo incremento del peso corporal es debido a un aumento del tejido adiposo” (p. 2)

La obesidad debe ser entendida como una enfermedad crónica, de forma semejante que lo es la diabetes mellitus tipo II o la hipertensión arterial (Sociedad Española para el Estudio de la Obesidad)

Existen múltiples métodos de valoración para esta enfermedad, pero una forma sencilla de delimitarla se basa en diversas medidas antropométricas que estiman

la cantidad de grasa corporal. Dentro de éstas, destaca el índice de masa corporal (IMC) que pone en relación el peso expresado en kilos con la altura expresada en metros al cuadrado (Moreno, 2006)

Después de calcular el IMC en los niños y preadolescentes, el valor obtenido de IMC se registra en las tablas de crecimiento de los CDC para el IMC por edad (para niños o niñas) para obtener la categoría del percentil. Los percentiles son el indicador que se utiliza con más frecuencia para evaluar el tamaño y los patrones de crecimiento de cada niño e indica la posición relativa del número del IMC del niño entre niños del mismo sexo y edad. Las tablas de crecimiento muestran las categorías del nivel de peso que se usan con niños y preadolescentes: bajo peso, peso saludable, sobrepeso y obeso (Moreno, 2006)

Así, las categorías del nivel de peso del IMC por edad y sus percentiles correspondientes se muestran a continuación (OMS, 2015)

- IMC < p 10 : Bajo peso
- IMC entre p10 y < p 85 : Normal
- IMC entre p 85 y < p 95: Riesgo de obesidad (Sobrepeso)
- IMC > p 95 : Obesidad



Duperly (2000) señala que se considera que padece obesidad a los preadolescentes con un exceso de peso del 20% o más del calculado para el percentil de talla.

### **2.2.2 Causas del sobrepeso y la obesidad**

Lisbona (2013) menciona que la obesidad es una enfermedad compleja en la que están involucrados una serie de factores, cuyo resultado es el desequilibrio entre las calorías consumidas y las calorías gastadas (gasto energético).

La prevalencia de sobrepeso y obesidad ha aumentado considerablemente a nivel mundial en las tres últimas décadas, sobre todo en países industrializados y, aunque los factores genéticos parecen jugar un papel destacado en el desarrollo de la obesidad, el dramático aumento de la incidencia de obesidad parece sugerir que los factores ambientales y los cambios en el estilo de vida podrían estar contribuyendo de forma importante a la tendencia epidémica de esta patología (Lisbona, 2013)

En cambio Meléndez (2008), postula que la epidemia de obesidad se debe a factores socioeconómicos, puesto que, los precios y el ingreso familiar afectan la elección de alimentos y los hábitos para su consumo. Por otra parte, los padres tienden a sobrealimentar a sus hijos, es frecuente que en niños obesos, la comida se utilice para premiar, castigar y controlar su conducta. Así, Moreno (2006) reafirma esta idea postulando que los estratos sociales bajos son los más afectados en sociedades en vías de desarrollo: “La accesibilidad a alimentos de peor calidad y precocinados en estos sectores podría justificar la mayor tendencia” (p. 216)

Por otra parte, según Duperly (2000) la industrialización y procesamiento alimentario, la presentación visual de comidas rápidas y su alta palatabilidad sumado a la calidad de vida, cumplen un rol relevante dentro de la sociedad en el presente siglo y con miras a empeorar en el futuro.

En relación a factores psicológicos, Ruiz (2004) señala que la obesidad es más frecuente en niños y preadolescentes con inestabilidad emocional, ansiedad, hijos de padres divorciados, etc. Estos niños obesos, generalmente son sometidos a burlas y son estigmatizados disminuyendo su autoestima.

### **2.2.3 Repercusiones del sobrepeso y la obesidad en la Preadolescencia**

La preadolescencia es una etapa vital en el ser humano debido a importantes transformaciones fisiológicas que repercuten en sus características psicológicas (Bernabéu, 2008). Así, Tierno (2012) señala que esta etapa va de los 10 a los 12 años y puede considerarse un paso intermedio entre la infancia y la vida adulta. Bernabéu (2008) por tanto, menciona que en esta etapa, los preadolescentes experimentan cambios de actitudes respecto a sí mismos que se manifiesta en una cierta extrañeza ante su propio cuerpo, crece la necesidad de expresar sus pensamientos y la aceptación para formar nuevos lazos de amistad, son propensos a la ira y a la impaciencia, y sus intereses recreativos se centran en torno a los amigos, la televisión, la música, los deportes, etc.

Esta etapa es sensible para padecer problemas de salud que puedan dejar secuelas durante la vida, como el sobrepeso y la obesidad en preadolescentes que constituye un mayor riesgo para el desarrollo de enfermedades, diabetes tipo 2, hipertensión arterial y la dislipidemia. El hecho de que el preadolescente sea obeso determina un mayor riesgo de obesidad en la edad adulta (Liria, 2012).

En consecuencia, esta enfermedad provoca daño en las relaciones interpersonales de los preadolescentes, asociado a ser blancos fáciles de burlas, el ridículo y la humillación, lo cual contribuye a una baja autoestima, depresión, insatisfacción corporal, entre otros (Trujano, 2014)

#### **2.3.4 Beneficios de la Educación Física en relación a la obesidad**

Es relevante para los docentes de Educación Física, prestar atención al desarrollo físico y a la maduración biológica. En esta etapa los preadolescentes muestran interés por participar en juegos y deportes, aunque el pudor les inhibe su capacidad de participar con personas de otro sexo (Tierno, 2012)

En relación al desarrollo afectivo, el alumno de esta etapa es capaz de tomar decisiones y es sensible y crítico a opiniones, lo cual genera situaciones conflictivas tanto con sus padres como con sus profesores. También, se debe considerar el desarrollo intelectual, alrededor de los doce años, comienza la adquisición del pensamiento formal, por lo tanto, en ese momento resulta más fácil desarrollar actividades físicas que impliquen conceptos de espacio y tiempo, tácticos relacionados con las capacidades físicas (Vizueté, 2002)

Como ya se ha puntualizado anteriormente, la obesidad constituye una enfermedad compleja, asociada a múltiples factores relacionados por ejemplo con el estilo de vida, como el sedentarismo y los malos hábitos alimentarios, pero también influyen factores endocrino-metabólicos y genéticos (Lisbona, 2013)

La prevención y el combate de la obesidad es una tarea multidisciplinaria en donde la Educación Física tiene claramente un rol relevante y significativo pero no absoluto, ya que ella por sí sola no puede combatir este flagelo sólo con ejercicio o formación en hábitos de actividad física regular.

En relación a la asignatura de Educación Física, y su rol en relación con la obesidad, García y López (2010) mencionan que se deben destacar en ella dos partes. Una, es que los alumnos hagan ejercicio, pero lo más importante, es crear en ellos un hábito de querer hacer ejercicio o deporte, es decir, motivar a los alumnos de tal manera que ellos fuera del horario escolar quieran realizar ejercicio físico.

Raimannt y Verdugo (2011) mencionan que la realización de actividad física moderada y vigorosa va a producir efectos beneficiosos para la salud, puesto que, estas van a permitir que aumente la oxidación de los distintos sustratos energéticos, (grasas, carbohidratos y proteínas) lo cual ayudará a utilizar esos sustratos como fuente energética, evitando así, la acumulación de grasa en el organismo.

Por otra parte, Meléndez (2008) afirma que la práctica de actividad física tiene efectos en la composición corporal, en variables hemodinámicas y metabólicas, ayudando a disminuir la grasa corporal.

De acuerdo a Arce y Cordero (1998), la actividad física no sólo trae consigo beneficios en el ámbito físico y biológico sino también, beneficios en el ámbito afectivo y cognoscitivo que favorecen a los preadolescentes y, sobre todo, a los que presentan sobrepeso u obesidad.

A continuación, se mencionan algunos beneficios que genera la realización de actividad física en sus tres aspectos: físico-biológico afectivo y cognoscitivo.

<b>Según Meléndez (2008), los beneficios serían:</b>	<b>Aspectos afectivos, según Arce y Cordero (1998)</b>	<b>Aspectos cognoscitivos, según Arce y Cordero (1998)</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reducción en prevalencia de sobrepeso y obesidad.</li> <li>- Desarrollo de habilidades coordinativas.</li> <li>- Desarrollo de fuerza, resistencia y flexibilidad.</li> <li>- Mejora en la utilización de sustratos energéticos al incrementar la capacidad oxidativa de lípidos.</li> <li>- Favorece el crecimiento óseo y muscular, estimulando los órganos internos</li> <li>- Mejora la oxigenación de los pulmones</li> <li>- Respiración correcta</li> <li>- Circulación normal</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Abandono paulatino del egocentrismo</li> <li>- Adquisición de normas de comportamiento en grupo</li> <li>- Satisfacción al vivenciar la evolución personal</li> <li>- Refuerzo de la autoimagen</li> <li>- Aumento de habilidades de actuar e interactuar</li> <li>- Autoconocimiento</li> <li>- Deseos de superación</li> <li>- Adquisición de valores</li> <li>- Mejora la autoestima, disminución de ansiedad y depresión.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Favorece el conocimiento del esquema corporal</li> <li>- Otorga agilidad mental</li> <li>- Ejercita la memoria</li> <li>- Ejercita la capacidad de concentración</li> <li>- Ejercita la capacidad de observación</li> <li>- Ejercita la capacidad de seguir instrucciones</li> <li>- Facilita el dominio del espacio</li> <li>- Facilita la capacidad de resolver problemas</li> <li>- Colabora en el aprendizaje académico</li> </ul>

La actividad física es esencial para el crecimiento y el desarrollo normal de niños y preadolescentes, teniendo un papel fundamental en la prevención y tratamiento de enfermedades (obesidad). Sin embargo, hay que dejar en claro, que si bien su rol es crucial en la lucha contra la obesidad, este va de la mano con una dieta equilibrada y los hábitos de toda la familia (Meléndez, 2008)



## **CAPÍTULO III. MÉTODO**

### **3.1 Paradigma y Enfoque de la investigación**

Realizar una investigación necesita de alguna manera de una visión, una forma de ver, abordar, analizar y actuar sobre la realidad. Según Villalobos (2006), paradigma es un conjunto de creencias compartidas por un grupo, o bien, el conjunto de teorías, valores o técnicas de investigación de una determinada comunidad científica que sirven de modelo o ejemplo a un grupo o comunidad que lo acepta.

El presente estudio se desarrolló desde el paradigma positivista, esto significa que se intentó buscar las causas de los fenómenos sociales mediante análisis estadístico con independencia de los estados subjetivos de los individuos. La tarea de los investigadores en esta investigación fue distante, no interactiva, procurando así la objetividad. Para Dobles, Zúñiga y García (1998), el positivismo se caracteriza por afirmar que el único conocimiento verdadero es producido por la ciencia y el uso de su método.

La metodología que se utilizó en este estudio fue de carácter cuantitativa, que utiliza la recolección de datos en base a la mediación numérica y el análisis estadístico como el promedio, la mediana y la media para establecer patrones de comportamiento (Hernández, 2003)

### **3.2 Tipo de estudio**

El estudio fue de tipo descriptivo, ya que el propósito de este fue medir el valor de las variables seleccionadas sin la manipulación de éstas, sino que se describieron tal como se manifestó en la realidad (Hernández, 2003). Así, en este estudio, el carácter descriptivo estuvo dado porque interesó describir la motivación de los alumnos de 6to año básico con sobrepeso y obesidad en la asignatura de Educación Física y Salud.

### **3.3 Diseño del estudio**

El diseño que se utilizó fue de tipo no experimental transaccional descriptivo. Hernández (2003), define como “los estudios que se realizan sin la manipulación deliberada de variables y en los que sólo se observan los fenómenos en su ambiente para después analizarlos” (p. 269).

La investigación fue transaccional, pues para Hernández (2003) se recolectaron los datos en un sólo momento, en un tiempo único, ya que se aplicó una escala de medición en un sólo momento a los estudiantes de 6to año básico con sobrepeso y obesidad, participantes de la asignatura de Educación Física y Salud.

### **3.4 Población**

Para Hurtado (2007), la población es el conjunto de seres en los cuales se va a estudiar la variable o evento y que, además, comparten como características comunes, los criterios de inclusión. En el contexto de la investigación que se llevó a cabo, la población estuvo constituida por 56 estudiantes de 6to año básico de tres establecimientos educacionales de dependencia municipal, pertenecientes a la comuna de Hualpén. Los establecimientos que reunieron las características ya mencionadas son los siguientes:

12 Estudiantes de 6to año del Colegio Cristóbal Colón

23 Estudiantes de 6to año del Colegio Thomas Jefferson

21 Estudiantes de 6to año del Colegio Alonkura

### **3.5 Muestra**

Entendiendo que la muestra es un “subgrupo de la población de la cual se recolectan los datos y debe ser representativa de dicha población” (Hernández, 2003, p. 302), en este estudio se seleccionó estudiantes con sobrepeso u obesidad de 6to año básico, dando origen a un muestreo por conveniencia de:

Tabla 1. Muestra de estudiantes pertenecientes al estudio.

	<b>Colegio Cristóbal Colón</b>	<b>Colegio Thomas Jefferson</b>	<b>Colegio Alonkura</b>
Estudiantes de género femenino con sobrepeso	3	2	6
Estudiantes de género masculino con sobrepeso	0	1	2
Estudiantes de género femenino con obesidad	0	2	2
Estudiantes de género masculino con obesidad	1	6	4
<b>Total</b>	<b>4</b>	<b>11</b>	<b>14</b>

### 3.6 Técnicas de recopilación de datos

El instrumento utilizado para la recolección de datos corresponde a una escala de Likert. Cañadas y Sánchez (1998) señalan que es un conjunto de ítems presentados en forma de afirmaciones para medir la reacción del sujeto en categorías respecto a las cuales se pide a los participantes que manifiesten su grado de acuerdo o desacuerdo.

Esta escala se denominó “Motivación para participar de la clase de Educación Física y Salud” (MPEFS) está compuesta por 16 afirmaciones, en donde 5 de ellas pertenecen a motivación intrínseca, 5 a motivación extrínseca, 4 a factores motivantes y 2 afirmaciones pertenecen a desmotivación. Fue elaborada teniendo como base el “Cuestionario de Motivación en las clases de Educación Física”

(CMEF), desarrollado y validado por Sánchez Oliva el 2012. Frente a cada afirmación existen opciones de respuesta o puntos de la escala, los cuales son 5 e indican cuanto se está de acuerdo con la afirmación correspondiente. Las opciones de respuesta son las siguientes:

Tabla 2. Criterios de Escala de Likert.

<b>Puntos</b>	<b>Opciones de Respuesta</b>
<b>5</b>	Totalmente de acuerdo
<b>4</b>	Parcialmente de acuerdo
<b>3</b>	Ni de acuerdo ni en desacuerdo
<b>2</b>	Parcialmente en desacuerdo
<b>1</b>	Totalmente en desacuerdo

La forma para proceder y obtener los puntajes de este instrumento fue mediante la fórmula  $PT/NT$  (donde PT es el puntaje total en la escala y NT es el número de afirmaciones)

Tabla 3. Puntuación de Escala Likert.

<b>Categoría</b>	<b>Total Afirmaciones</b>	<b>Máximo Puntaje Obtenido</b>
<b>Motivación Intrínseca</b>	5	25
<b>Motivación Extrínseca</b>	5	25
<b>Factores Motivantes</b>	4	20
<b>Desmotivación</b>	2	10
<b>Total</b>	<b>16</b>	<b>80</b>

- **Validez del instrumento**

La validez “se refiere al grado en que un instrumento realmente mide la variable que pretende medir” (Hernández, 2003, p. 201). Para esta investigación, la validez se llevó a cabo mediante la evidencia relacionada con el contenido, puesto que, el instrumento de medición se representó prácticamente a todos los componentes del dominio de contenido de la motivación, siendo esta la variable a medir.

Por otra parte, se solicitó un Juicio de Expertos, el cual fue realizado por tres docentes de la Universidad Católica de la Santísima Concepción, profesionales individualizados bajo los criterios del área de Educación Física, Evaluación y Psicología.

- **Confiabilidad del instrumento**

En relación a la confiabilidad, Hernández (2003) “se refiere al grado en que su aplicación repetida al mismo individuo u objeto produce resultados iguales” (p. 201). El procedimiento que se utilizó para establecer la confiabilidad fue el método de mitades partidas, el cual necesita sólo una aplicación, y consiste en dividir en mitades equivalentes los ítems, para comparar las puntuaciones de ambas, en consecuencia, el instrumento es confiable en cuanto los resultados están correlacionados.

### **3.7 Procedimiento de Aplicación de Instrumento**

Para la aplicación del instrumento se solicitó la autorización de los respectivos directivos de cada establecimiento como también la autorización de los padres y apoderados de los alumnos participantes de la investigación y la colaboración de los docentes de Educación Física de los establecimientos; todos a los cuales se les explicó los objetivos de la investigación y la estructura del instrumento con su respectivo protocolo.

Posteriormente, definido el curso, fecha y hora, se aplicó la escala durante el horario de la asignatura de Educación Física, los alumnos contestaron de forma individual y completamente voluntaria, durante un tiempo de 15 minutos. Cabe mencionar que los investigadores estuvieron presentes para aclarar cualquier duda en el procedimiento.

### **3.8 Análisis de la Información**

El análisis de la información a partir de los datos obtenidos de la aplicación del instrumento se realizó utilizando la estadística descriptiva, en relación a las medidas de tendencia central (moda, mediana y media), que son puntos en una



distribución obtenida, los valores medios, y nos ayudan a ubicarla dentro de la escala de medición (Hernández, 2003)

La medida que se utilizó concretamente para este estudio fue la media que corresponde al promedio aritmético de una distribución. Por otra parte, los datos obtenidos se compararon o contrastaron con los hallazgos abordadores en el marco conceptual y teórico.

### **3.9 Plan de trabajo**

Para llevar a cabo de forma organizada nuestra investigación, se elaboró un cronograma de actividades. A continuación se presenta el plan de trabajo.

Proyecto de Investigación 2015	AGOS	SEPT	OCT	NOV	DIC
Elección del tema					
Problematización					
Pregunta de investigación, objetivos, definición de variables					
Justificación					
Estado del arte					
Marco Teórico					
Marco metodológico					
Análisis de resultados y discusiones.					
Conclusiones					
Revisión bibliográfica					

## **CAPÍTULO IV. ANÁLISIS DE RESULTADOS**

1.- Resultados en función a la identificación de estudiantes con sobrepeso/obesidad

De acuerdo a la medición obtenida en los establecimientos municipalizados, 27 alumnos equivalente a un 48% se encuentran en parámetros de normalidad, un 25% corresponde a 14 estudiantes con índices de sobrepeso o riesgo de obesidad y un 27% correspondiente a 15 estudiantes con obesidad.

Tabla 4. Estado nutricional de estudiantes pertenecientes a tres establecimientos municipalizados de la comuna de Hualpén.

Estado Nutricional	Colegio Alonkura (21 estudiantes)		Colegio Cristóbal Colon (12 estudiantes)		Colegio Thomas Jefferson (23 estudiantes)		Total de Alumnos	
	Niños	Niñas	Niños	Niñas	Niños	Niñas		
Normal	5	2	3	5	9	3	27	48%
Riesgo de Obesidad	2	6	0	3	1	2	14	25%
Obesidad	4	2	1	0	2	6	15	27%

Estas cifras coinciden con las proyecciones postuladas por el Ministerio de Salud (2014) el cual menciona que, el 67% de la población Chilena está fuera de sus rangos normales según su peso ideal. Lo que no es ajeno al contexto escolar, debido a que, en menores de seis años, las cifras indican que el 10% padece obesidad, índice que se eleva al 25% cuando los niños llegan a primer año básico. En relación a lo anterior, Mardones (2010) postula que si no se interviene la obesidad de la infancia, ésta se mantiene en el resto de las etapas de la vida, llevando a esta población a ser de alto riesgo.

Al comparar el estado nutricional de niños y niñas en los tres establecimientos municipales, se pudo apreciar que en relación al riesgo de obesidad, un 79% de niñas prevalece sobrepeso mientras que en niños prevalece un 21%. Con respecto a parámetros de obesidad, las niñas obtuvieron un 53% en comparación a los niños que obtuvieron un 47%.

Tabla 5. Comparación de estado nutricional por sexo en estudiantes pertenecientes a tres establecimientos municipalizados de la comuna de Hualpén.

<b>Estado Nutricional</b>	<b>Niños</b>		<b>Niñas</b>	
Normal	17	<b>63%</b>	10	<b>37%</b>
Riesgo de Obesidad	3	<b>21%</b>	11	<b>79%</b>
Obesidad	7	<b>47%</b>	8	<b>53%</b>

Si bien la prevalencia de obesidad no presenta una diferencia significativa entre ambos sexos, es efectivamente preocupante la alta prevalencia de riesgo de obesidad en niñas. Esto coincide con cifras del Ministerio de Salud (2014) el cual postula que, esta prevalencia de sobrepeso significa una alta cantidad de potenciales obesos a futuro, sobre todo si se considera la tendencia a nivel mundial que existe en estos momentos.

## 2.- Resultados en función al tipo de motivación

De acuerdo a la muestra propuesta (29 estudiantes), es posible señalar que el tipo de motivación predominante es la motivación extrínseca, puesto que se obtuvo un promedio de 4,13 puntos frente a la máxima de 5 puntos.

Tabla 6. Tipo de Motivación predominante en la muestra.

<b>Tipo de Motivación</b>	Colegio Alonkura	Colegio Cristóbal Colon	Colegio Thomas Jefferson	<b>Promedio X</b>
<b>Intrínseca</b>	$16,7/5 = 3,34$	$21,5/5 = 4,3$	$18,4/5 = 3,68$	<b>3,77</b>
<b>Extrínseca</b>	$19,21/5 = 3,84$	$21,25/5 = 4,25$	$21,54/5 = 4,3$	<b>4,13</b>

Es habitual que en etapa escolar, los preadolescentes presenten una motivación predominantemente extrínseca. Esto es coincidente con lo que opina Bandura (1977) cuando dice que la persona anticipa el resultado de su conducta, teniendo como base las creencias y valoraciones en función a sus capacidades, es decir, la persona genera expectativas de éxito o de fracaso ante los retos que se presentan, lo cual repercutirá sobre la motivación y rendimiento de ellos mismos.

### 3.- Resultados en función a factores motivantes o motivacionales.

Con respecto a los factores Motivantes, la mayor preferencia, se vio reflejada en la afirmación n° 14, puesto que, 17 estudiantes están totalmente de acuerdo en que la diversidad de materiales utilizados durante la clase los motiva, lo cual refleja un promedio de 4,34 puntos, siendo 5 puntos el puntaje máximo.

Tabla 7. Factores que motivan a participar a estudiantes con sobrepeso u obesidad en la asignatura de Educación Física y Salud.

<b>Factores Motivantes</b>	Colegio Alonkura	Colegio Cristóbal Colon	Colegio Thomas Jefferson	<b>Promedio X</b>
<b>Afirmación n° 7</b> Porque quiero que mis compañeros valoren lo que hago.	2,7	5	2,9	3,5
<b>Afirmación n° 9</b> Porque quiero que el profesor piense que soy un buen estudiante.	4	4	3,9	4
<b>Afirmación n° 11</b> Para demostrar al profesor y compañeros mi interés por la clase.	2,7	3,25	3,18	3
<b>Afirmación n° 14</b> Porque en clases utilizamos diferentes Materiales.	4	4,75	4,27	4,34

El motivo de que los recursos materiales obtuvieran la mayor preferencia entre los factores planteados, se puede deber a la importancia de estos para la creación de situaciones diferentes y nuevas dentro de la clase, lo cual los hace imprescindible, de tal forma, no se recurre a la monotonía e imitación de las clases de otros docentes (Sánchez, 2010)

Consecuentemente, Heredia (2010) plantea que el uso de materiales dentro de la clase, es un gran factor para la inclusión, participación y sociabilización entre los preadolescentes.



## **CAPÍTULO V. DISCUSIONES Y CONCLUSIONES**

## 5.1 Discusión

Luego del análisis y la revisión entregada por los resultados de la presente investigación, podemos afirmar que se ha alcanzado el primer objetivo asociado a Identificar a estudiantes de 6to año básico que presenten rangos de sobrepeso u obesidad en la asignatura de Educación Física y Salud en tres establecimientos municipales de la comuna de Hualpén. Los antecedentes arrojan que, el 52% de la muestra conformada por 29 estudiantes presenta prevalencia de sobrepeso u obesidad. Al comparar el estado nutricional de los/las preadolescentes, las mujeres obtuvieron un 58% de diferencia respecto a los hombres en relación al riesgo de obesidad. Por el contrario, se registró un 6% de diferencia entre hombres, y mujeres con obesidad, lo cual no presenta una diferencia significativa.

Con respecto al segundo objetivo específico; “Identificar el tipo de motivación de estudiantes con sobrepeso y obesidad de 6to año básico en la asignatura de Educación Física y Salud”, se pudo establecer que el tipo de motivación predominante en la muestra de investigación, es la motivación extrínseca, con un promedio de 4,13 puntos, en los tres establecimientos, con respecto a 5 puntos que representa el puntaje máximo. Al respecto, es relevante que la motivación extrínseca sea promovida en estos estudiantes en particular, debido a que pueden conducirlos hacia resultados y experiencias positivas en diversos contextos y no sólo hacia el ámbito escolar, facilitando la práctica de actividad física y la promoción de hábitos de vida saludable.

En relación a las afirmaciones asociadas al ítem de tipos de motivación, los aspectos con mayor preferencia apuntan hacia la obtención de buenas calificaciones (afirmación nº 15), siendo una recompensa frente a su conducta. Es importante que los docentes del área, durante el proceso de enseñanza y aprendizaje, constantemente refuercen conductas en función al progreso de sus estudiantes, considerando sus limitaciones más allá de lo que esperan que ellos realicen, el estímulo de obtener una buena calificación fortalecerá la autonomía y auto concepto del estudiante. Otro aspecto de preferencia es la motivación que el docente les brinda para participar (afirmación nº 13), en este contexto el docente según la intervención debiese lograr que sus estudiantes se interesen por aprender, mediante estrategias, contenidos, recursos materiales, creando un ambiente propicio y estableciendo relaciones interpersonales.

Y, finalmente el tercer objetivo específico: “Identificar los factores que motivan a los estudiantes con sobrepeso y obesidad de 6to año básico en la asignatura de Educación Física y Salud”, las mayores incidencias y que permiten identificarlos como tales, son la utilización de recursos materiales (afirmación nº14) y la percepción positiva por parte del docente frente al actuar del estudiante (afirmación nº9), estas afirmaciones obtuvieron un promedio de 4,34 y 4 respectivamente.

## 5.2 Conclusiones

De acuerdo a los resultados obtenidos y en relación directa con nuestro objetivo general “ Describir la motivación de los estudiantes de 6to año básico con sobrepeso y obesidad para participar de la clase de Educación Física y Salud en tres establecimientos municipales de la comuna de Hualpén”, el que satisfactoriamente se ha cumplido, es posible evidenciar las siguientes conclusiones:

- La población de estudio mostró claramente un alto porcentaje de sujetos que cumplen con las características para pertenecer a la muestra de estudio, puesto que, el 52% de la población se encuentra con sobrepeso (riesgo de obesidad) y obesidad a una edad temprana, lo que es concordante con los antecedentes presentados por múltiples estudios en relación a la problemática del sobrepeso y obesidad en la preadolescencia.
- A través del análisis de los resultados del instrumento, se pudo establecer que en un 86% de los estudiantes predomina la motivación extrínseca por sobre la motivación intrínseca, ya que claramente evidencian estar motivados por elementos externos a él como por querer obtener buenas calificaciones, por obtener beneficios para la salud, junto con la intervención

directa de compañeros y profesor al ser motivados por ellos a participar de la clase. Estas acciones no tienen un fin en sí mismo sino que se describen como un medio para alcanzar resultados deseables, esto quiere decir, que al estudiante no le interesa el aprendizaje en sí mismo, sino las consecuencias que se derivan de su conducta de aprendizaje, por lo tanto, están influenciados externamente mediante premios, recompensas y alabanzas (García, 2008). Consecuentemente, Pervin (1985) sostiene que la presencia de recompensas puede perjudicar el desarrollo de la tarea, debido a que la actividad se realizaría con el fin de obtener algún tipo de beneficio.

- Son identificables en la información analizada como factores motivantes a participar en la clase de Educación Física y Salud en primer lugar, la utilización de diferentes materiales en cuanto a la forma y capacidad de utilización, y en segunda instancia el querer que el profesor piense que es un buen estudiante al verlo participar activamente de la clase, esto se relaciona con la teoría de Maslow (1945), evidenciándose la presencia de necesidades de Pertenencia (amistad, pertenencia a grupos), y de Estima (reputación, reconocimiento, autorespeto, amor).

- El primer factor motivante mencionado, puede ser relacionado a como el profesor de Educación Física selecciona los materiales que atraen a sus estudiantes hacia las actividades propuestas y que deben ser idóneas de acuerdo a los contenidos a trabajar en la clase para hacerlos atractivos, novedosos e interesantes. Por otra parte, el segundo factor está claramente ligado a la relación entre el estudiante y el profesor, en donde el estudiante busca la aceptación del profesor al querer que este tenga una buena percepción positiva de su actuar como estudiante y lo manifiesta en sus acciones dentro de la clase, siendo participativo en ella. Por lo tanto, al estudiante lo motiva el deseo de relacionarse con otros, entablar relaciones interpersonales amistosas y cercanas, lo cual se refleja en la Teoría de las Necesidades de McClelland (1961), específicamente en la necesidad psicosocial de afiliación.
- Otro aspecto a considerar, es la desmotivación o falta de motivación, sobre la cual se formularon dos afirmaciones incluidas en el instrumento aplicado. Sobre este tema, la información claramente evidencia que para esta muestra de estudio su incidencia en la motivación para participar de la clase de Educación Física y Salud no es significativa, puesto que, se obtuvo un promedio de 3,5 puntos, con una máxima de 5 puntos. Esto se refleja en que un 51% de los estudiantes respondieron estar parcialmente y totalmente en desacuerdo en situaciones consideradas como

desmotivantes, las que fueron planteadas en el instrumento, como son la dificultad de los ejercicios (afirmación nº 10) o el no gustarle nada (afirmación nº 16).

- Es imprescindible que el docente del área de Educación Física, brinde alternativas a sus estudiantes para que se sientan escuchados y parte de la clase, considerando la diversidad de intereses, necesidades, experiencias, fortalezas y debilidades que presentan. De esta manera, el docente puede establecer una conexión entre las diversidades y las actividades a planificar, lo cual va en función a motivar a los estudiantes hacia tareas que involucren el movimiento. Frente a esto, Escudero (2009) plantea que el alumno a la vez debe automotivarse y no verse obligado a participar de la clase durante su periodo escolar.
  
- En consecuencia, el estudiante al no tener motivación externa, ya no tendrá la obligación de realizar ejercicio físico cuando acabe su escolaridad. De ahí radica la importancia de fomentar la motivación intrínseca en los estudiantes, así pueden practicar actividad física de forma regular y adquirir hábitos en beneficio a su salud, dentro y fuera del contexto escolar.

### 5.3 Limitaciones

En esta investigación como en todo proceso se presentaron desventajas variadas y de relevancia, que son posibles de señalar como limitaciones al estudio realizado, y sin duda su ausencia en este trabajo hubiera permitido lograr una mayor calidad de los resultados y una elaboración del estudio menos compleja.

En el desarrollo puntual del estudio, la demora en la construcción del instrumento debido a la escasa información sobre el tema específico de investigación y en la búsqueda de instrumentos que nos permitieran recoger información relevante para establecer dimensiones e indicadores en el estudio.

La única instancia para la aplicación del instrumento en cada colegio limitó, sin duda, las posibilidades de acceder a una muestra mayor, pues a los alumnos ausentes no fue posible aplicarles el instrumento.

Otras de las limitaciones del estudio fue la preocupación que cada integrante de esta investigación tenía respecto a las exigencias del centro de práctica y a los ramos de la carrera, con el fin de concluir un buen semestre, trayendo ello como consecuencia, el no concentrarse sólo en la realización de la investigación.



## 5.4 Proyecciones

La presente investigación deja una serie de interrogantes las cuales podrían ser respondidas en futuras investigaciones que tengan relación con estudiar la motivación de los alumnos para participar en la clase de Educación Física y Salud, como tema central de ellas o con temas afines a este ámbito de estudio y ser así un real aporte para los docentes del área.

Dada la escasa información sobre el tema de estudio, se hace relevante para ir construyendo un conocimiento más amplio sobre la Motivación en estudiantes con sobrepeso u obesidad, aumentar la población de estudio, ya que en esta investigación sólo se consideró a tres escuelas municipales de la comuna de Hualpén y así podría ser aplicada a todas las escuelas municipales de la provincia de Concepción, de este modo se podría aumentar la muestra, obteniendo así más información y otorgando más relevancia a una investigación de este tipo.

También hay que considerar realizar una investigación sobre el mismo eje temático pero en diferentes contextos escolares, ya sea subvencionados y/o particulares pagados.

Además, sería posible de realizar un estudio que abarque a estudiantes de otros niveles, y no precisamente se centre en el estado nutricional, sino que además, pudiese realizarse con estudiantes que padecen alguna necesidad educativa.

Realizar una investigación en que exista una intervención donde se apliquen los factores motivantes expuestos en la presente investigación, mediante actividades que involucren el uso de materiales, diversos contenidos, estrategias del docente, etc.

## **Referencias Bibliográficas**

- Alecoy, T. (2010). *Factores que influyen en el éxito personal. Compendio sobre las interrelaciones entre tipología humana, liderazgo y cambio social*. Santiago, Chile: Tirso José Alecoy.
- Arancibia, V. (1997). *Manual de Psicología Educacional*. Santiago: Ediciones Universidad Católica de Chile.
- Arce, R., y Cordero, R. (1998). *Desarrollo Motor Grueso Del Niño en Edad Preescolar: Periodo de Educación Física en Jardines Infantiles*. Costa Rica: Editorial Universidad de Costa Rica.
- Ardilla, R. (2001). *Psicología del aprendizaje*. Buenos Aires: Siglo XXI Editores Argentina, S.A.
- Bandura, A. (1969). *Principios de la modificación de la conducta*. Nueva York: Holt, Rinehart y Winston.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84, 191-215.
- Baquero, R. (1999). *Teorías del aprendizaje*. Buenos Aires: Universidad Nacional de Quilmes.
- Bernabéu, N. (2008). *Creatividad y aprendizaje. El juego como herramienta pedagógica*. Madrid: Narcea.

- Bórquez, A. (2009). Interés y desinterés de las alumnas de la Escuela municipal Francia de Valdivia por la clase de Educación Física (tesis de pregrado). Universidad Austral de Chile. Valdivia, Chile.
- Bou, J. (2009). *Coaching para docentes: El desarrollo de habilidades en el aula*. España: Editorial Club Universitario.
- Brígido, A. (2006). *Sociología de la educación. Temas y perspectivas fundamentales*. Argentina: Editorial Brujas.
- Britapaz, L. (2012). Evaluación de niños obesos en el área de educación física, deporte y recreación del subsistema de educación primaria bolivariana. *Revista Ciencias de la Educación*, Vol. 22, 111-125. N° 40. Retirado de: <https://www.yumpu.com/es/document/view/34552110/evaluacion-de-ninos-obesos-en-el-area-de-educacion-fisica-7>
- Burrows, R. (2008). *Hábitos de ingesta y actividad física en escolares, según tipo de establecimiento que asisten*. *Revista Médica Chile*. 136(1), 53-63. Retirado de: [http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0034-98872008000100007&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0034-98872008000100007&script=sci_arttext)
- Cañadas, I. (1998). Categorías de respuesta en escalas de tipo Likert. *Psicothema*, 10, (3): 623 – 631. Retirado de: <http://www.psicothema.es/pdf/191.pdf>
- Carrasco, J. (2004). *Una didáctica para hoy: cómo enseñar mejor*. España: Ediciones Rialp.

- Coll, C. & Miras, M. (1990). *La representación mutua profesor/alumno y sus repercusiones sobre la enseñanza y el aprendizaje*. Madrid: Alianza.
- Cox, R. (2008). *Psicología del deporte: Conceptos y sus aplicaciones*. Madrid: Editorial Médica Panamericana.
- Curiel, D. (2007). *La educación física, los estilos de vida y los adolescentes*. Barcelona: Graó.
- Davidoff, L. (1999). *Introducción a la psicología*. México: McGraw-Hill.
- Díaz, F. (2002). *Estrategias docentes para un aprendizaje significativo*. México: McGraw-Hill Interamericana.
- Dobles, C., García, J., y Zúñiga, M. (1998). *Investigación en educación: procesos, interacciones y construcciones*. San José: EUNED.
- Duperly, J. (2000). *Obesidad: Un enfoque integral*. Colombia: Centro Editorial Universidad del Rosario.
- Escudero, D. (2009). La motivación hacia las clases de Educación Física. *EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, 14 N° 134*. Extraído de <http://www.efdeportes.com/efd134/la-motivacion-hacia-las-clases-de-educacion-fisica.htm>
- Figuroa, A. (2010). *Proyecto de intervención educativa: ¿cómo evaluar a niños obesos en clases de educación física?* Chile: Universidad Católica de la

Santísima Concepción. Disponible en:

[www.inta.cl//material\\_educativo//obesidadinfantil\\_d](http://www.inta.cl//material_educativo//obesidadinfantil_d)

Galache, P. (2008). ¿Cómo mejorar la autoestima de los y las escolares con sobrepeso y/o riesgo de obesidad de 13 y 14 años? Medidas de actuación. *EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, 13 N° 121*. Retirado de: <http://www.efdeportes.com/efd121/autoestima-de-escolares-con-sobrepeso-y-o-riesgo-de-obesidad.htm>

García, A., y López, A. (2010) *Influencia de la Educación Física sobre la obesidad*. *EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, 15 N° 151*.  
Extraído de:

García, F. (2008). *Motivar para el aprendizaje desde la actividad orientadora*. Madrid: Ministerio de Educación y Ciencia.

Gobierno de Chile. Ministerio de Educación (2012). *Bases Curriculares Educación Física*. Santiago de Chile.

Gómez, A. (2013). Satisfacción de las necesidades psicológicas básicas en relación con la diversión y la desmotivación en las clases de educación física. *Revista de Investigación en Educación, N° 11 (2)*, 2013, pp. 77-85.  
Retirado de:

[http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:hnNBs\\_PvmqYJ:dialnet.unirioja.es/download/articulo/4734264.pdf+&cd=1&hl=es&ct=clnk&gl=c](http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:hnNBs_PvmqYJ:dialnet.unirioja.es/download/articulo/4734264.pdf+&cd=1&hl=es&ct=clnk&gl=c)  
!

Hassink, S. (2009). *Obesidad Infantil*. Madrid: Editorial Médica Panamericana.

Heredía, P. (2010). Propuesta didáctica sobre la utilización de pequeños materiales en el aula de Educación Física. *EFDeportes, Revista Digital*. Buenos Aires. N° 140. Retirado de: <http://www.efdeportes.com/efd140/utilizacion-de-pequenos-materiales-en-educacion-fisica.htm>

Hernández, J. (2003). *Metodología de la Investigación*. (3ª Edición). Ciudad de México, México: McGraw-Hill.

<http://www.efdeportes.com/efd151/influencia-de-la-educacion-fisica-sobre-la-obesidad.htm>

Hurtado, I., Toro, J. (2007) *“Paradigmas y métodos de investigación en tiempos de cambios”*. Caracas, Venezuela: Editorial CEC.S.A.

IND (2013). Programa Chile se pone en forma: deporte competitivo. Chile: Instituto Nacional de Deportes.

Lahey, B. (1999). *Introducción a la Psicología* (6ta ed.). Chicago, IL: Mc. Graw Hill.

Latham, G., Locke, E. (2004) *¿Qué debemos hacer sobre teoría de la motivación? Seis recomendaciones para el siglo XXI*. Academy of Management Review.

N°29



- Liria, R. (2012). *Consecuencias de la obesidad en el niño y el adolescente: un problema que requiere atención*. *Scielo*, 29(3) 357-60. Retirado de: <http://www.scielo.org.pe/pdf/rins/v29n3/a10v29n3.pdf>
- Lisbona, A. (2013). Obesidad y azúcar: aliados o enemigos. (Spanish). *Scielo, Nutrición Hospitalaria*, 28 2881-87. Retirado de: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S021216112013001000010&script=sci\\_arttext](http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S021216112013001000010&script=sci_arttext)
- Locke, E. (1968). *Towards a theory of task motivation and incentives*. *Organizational Behavior and Human Performance*, 3, 157-189.
- López, N. (2005). *Metodología participativa en la enseñanza universitaria*. España: Narcea Ediciones.
- Mardones, F. (2010). *Obesidad en la niñez en Chile: un tema pendiente*. Pontificia Universidad Católica de Chile. Año 5, nº.41. Retirado de: <http://politicaspUBLICAS.uc.cl/wp-content/uploads/2015/02/obesidad-en-la-ninez-en-chile.pdf>
- Maslow, A. (1954). *Motivación y personalidad*. Barcelona: Sagitario.
- McClelland, D. (1961). *The achieving society*. Princeton, NJ: Van Nostrand.
- Meléndez, G. (2008). *Factores asociados con sobrepeso y obesidad en el ambiente escolar*. Madrid: Editorial Médica Panamericana.

- Mendoza, C. (2007). *Evolución de la situación alimentaria en Chile*. Revista Chilena de Nutrición, 34, 62-70. Retirado de: [http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-75182007000100007](http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182007000100007)
- Miguez, M. (2005). *El núcleo de una estrategia didáctica universitaria: motivación y comprensión*. Revista ieRed: Revista Electrónica de la Red de Investigación Educativa. Vol.1, nº.3. Retirado de: <http://revista.iered.org/v1n3/pdf/mmiguez.pdf>
- Ministerio de Educación. SIMCE 2012 Educación Física, resultados para Docentes y Directivos. Gobierno de Chile, 2012.
- Ministerio de Salud. Situación nutricional de los preescolares y escolares de establecimientos municipalizados y particulares subvencionados del país. Gobierno de Chile, 2014.
- Moreno, B. (2000). *Obesidad. La epidemia del siglo XXI*. Madrid: Ediciones Díaz de Santos.
- Moreno, B. (2006). *La Obesidad en el tercer milenio*. Madrid: Editorial Médica Panamericana.
- Moreno, J. (2005). *Intereses y actitudes hacia la Educación Física*. Revista Española de Educación Física, XI, 2, 14-28.
- Moreno, J. (2012). *Psicología de la personalidad*. Madrid: Editorial UNED.

- OMS (2004). Estrategia Global sobre Dieta, Actividad Física y Salud. Ginebra, Organización Mundial de la Salud.
- Ortega, R. (2006). *Nutriguía: manual de nutrición clínica en atención primaria*. Madrid: Editorial Complutense.
- Ortíz, D. (2014). *Perfiles motivacionales en las sesiones de educación física*. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación, nº 26, pp.
- Pervin, L. (1985). *Personalidad: teoría, diagnóstico e investigación*. Bilbao, España: Desclée de Brouwer.
- Piaget, J. (1954). *Intelligence and affectivity*. Palo Alto, California, USA.
- Quevedo, V. (2009). *Análisis de la motivación en la práctica de actividad físico-deportiva en adolescentes*. Revista de investigación en educación nº 6, 33-42. Retirado de: [http://reined.webs.uvigo.es/ejemplares/6/reined\\_06\\_04.pdf](http://reined.webs.uvigo.es/ejemplares/6/reined_06_04.pdf)
- Raimannt, X., y Verdugo, F. (2011). *Actividad física en la prevención y tratamiento de la obesidad infantil*. Revista Médica Clínica Las Condes, 23(3), 218-225. Retirado de: [http://www.clc.cl/Dev\\_CLC/media/Imágenes/PDF%20revista%20m%C3%A9dica/2012/3%20mayo/2\\_Dra\\_Rainmann-4.pdf](http://www.clc.cl/Dev_CLC/media/Imágenes/PDF%20revista%20m%C3%A9dica/2012/3%20mayo/2_Dra_Rainmann-4.pdf)
- Real Academia Española. (2001). Diccionario de la lengua española. Consultado en: <http://www.rae.es>

Ríos, M. (2005) *Manual de Educación Física adaptada al alumnado con discapacidad*. España: Editorial Paidotrivo.

Roberts, G. (2001). *Students' perceptions of the motivational climate, achievement beliefs and satisfaction in physical education*. *Research Quarterly of Exercise and Sport*, 72, 165-175.

Rodríguez, Z. (2012). La motivación en el proceso de enseñanza-aprendizaje. *EFDeportes, Revista Digital Buenos Aires*, N° 170. Retirado de: <http://www.efdeportes.com/efd170/la-motivacion-en-el-proceso-de-aprendizaje.htm>

Ruiz, M. (2004). *Factores de riesgo cardiovascular en niños y adolescentes*. Madrid: Ediciones Díaz de Santos.

Ryan, R., y Deci, E. (2000). *Teoría de la autodeterminación y la facilitación de la motivación intrínseca, el desarrollo social y el bienestar*. *American Psychologist*, 55, 68-78.

Sáenz, S. (1999). La motivación en las clases de Educación Física. *EFDeportes, Revista Digital. Buenos Aires*, N° 17. Retirado de: <http://www.efdeportes.com/efd17a/motiv.htm>

Sánchez, A. (2014). *Sobrepeso y obesidad como factor pronóstico de la desmotivación en el niño y el adolescente*. *Scielo*, vol.27, n.4, pp. 1166-1169. Disponible en:

[http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S021216112012000400029&lng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S021216112012000400029&lng=es)

Sánchez, P. (2010). Factores motivantes para la clase de educación física, recursos del profesor. *Revista Digital innovación y experiencias educativas* N°35. Retirado de: [http://www.csi-csif.es/andalucia/modules/mod\\_ense/revista/pdf/Numero\\_35/PILAR\\_SANCHEZ\\_PALACIOS\\_01.pdf](http://www.csi-csif.es/andalucia/modules/mod_ense/revista/pdf/Numero_35/PILAR_SANCHEZ_PALACIOS_01.pdf)

Santos, S. (2005). *La Educación Física escolar ante el problema de la obesidad y el sobrepeso*. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*. Vol. 5 (19) pp.179-199. Retirado de: <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista19/artobesidadl0.htm>

Smith, R. (2010). *Fundamentos de psicología del deporte y del ejercicio físico*. Madrid: Editorial Médica Panamericana.

Sociedad Española para el Estudio de la Obesidad (SEEDO). *Consenso para la evaluación del sobrepeso y la obesidad*. *Med Clin (Barcelona)*, 2000; 115: 587 – 97.

Tierno, B. (2012). *La educación y el desarrollo escolar del preadolescente de 10 a 12 años*. España: Aguilar.

Trechera, J. (2005). Saber motivar: ¿El palo o la zanahoria? Consultado el 15 de octubre de 2015, de: <http://www.psicologia-online.com/articulos/2005/motivacion.shtml>

- Trujano, P. (2014). Sobrepeso y obesidad en preadolescentes mexicanos: estudio descriptivo, variables correlacionadas y directrices de prevención. *Scielo*, 17(1), 119-130. Retirado de: [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0123-91552014000100012](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-91552014000100012)
- Valero, J. (2003). *La escuela que yo quiero*. México: Editorial Progreso.
- Viadé, A. (2003). *Psicología del rendimiento deportivo*. Barcelona: Editorial UOC.
- Villalobos, S. (2006). *Filosofía 1*. México: Editorial Umbral S.A.
- Vizúete, M. (2002). *Los Fundamentos teórico-didácticos de la educación física*. Madrid: Ministerio de Educación, Cultura y Deporte.
- Vroom, V. (1964). *Work and motivation*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Waters, E. (2011). *Interventions for preventing obesity in children*. *Cochrane Database Syst Rev*. 2011;(12):CD001871. Retirado de: <http://www.scielo.br/pdf/spmj/v132n2/1516-3180-spmj-132-02-00128.pdf>
- Woolfolk, A. (2010). *Psicología educativa*. México: Pearson Educación.

**Anexos**

**Anexo 1**  
**Cuestionario “Motivación para participar de la clase de Educación Física y Salud”**  
**(MPEFS)**

Nombre del Estudiante: \_\_\_\_\_  
 Fecha de Nacimiento: \_\_\_\_\_  
 Nombre del Establecimiento: \_\_\_\_\_  
 Curso: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

**Objetivo evaluativo:** Describir la motivación de los estudiantes de 6to año básico para participar de la clase de Educación Física y Salud en establecimientos municipales de la comuna de Hualpén.

**Instrucción:** Lea cuidadosamente cada pregunta y encierre en un círculo el número según el criterio que refleje su actuar.

**Claves:**

1: Totalmente en desacuerdo 2: Parcialmente en desacuerdo 3: Ni de acuerdo ni en desacuerdo  
 4: Parcialmente de acuerdo 5: Totalmente de acuerdo

Yo participo en las clases de Educación Física y Salud...		Totalmente en desacuerdo	Parcialmente en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Parcialmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1.	Porque quiero demostrar mis habilidades (motrices, sociales, cognitivas) en juegos y actividades.	1	2	3	4	5
2.	Porque quiero competir con mis compañeros.	1	2	3	4	5
3.	Porque me divierto realizando las actividades.	1	2	3	4	5
4.	Porque me siento mal si no participo en las actividades.	1	2	3	4	5
5.	Porque quiero mejorar mis habilidades motrices, sociales y cognitivas.	1	2	3	4	5
6.	Porque esta asignatura me aporta beneficios para mi salud.	1	2	3	4	5
7.	Porque quiero que mis compañeros valoren lo que hago.	1	2	3	4	5
8.	Porque quiero mejorar mi apariencia física.	1	2	3	4	5
9.	Porque quiero que el profesor piense que soy un buen estudiante.	1	2	3	4	5
10.	Pero me dificulta realizar los ejercicios.	1	2	3	4	5
11.	Para demostrar al profesor y compañeros mi interés por la asignatura.	1	2	3	4	5
12.	Porque mis compañeros me motivan a participar.	1	2	3	4	5
13.	Porque el profesor me motiva a participar.	1	2	3	4	5
14.	Porque en clases utilizamos diferentes materiales (balones, cuerdas, aros, conos, colchonetas)	1	2	3	4	5
15.	Porque puedo obtener buenas calificaciones.	1	2	3	4	5
16.	No lo sé claramente; porque no me gusta nada.	1	2	3	4	5



**Anexo 2**  
**“Carta a Juicio de Experto”**

Estimado Evaluador

La presente evaluación pretende perfeccionar y validar un instrumento que permita obtener información sobre la investigación titulada “Motivación de estudiantes de sexto año básico con sobrepeso y obesidad para participar de la clase de Educación Física y Salud en tres Establecimientos Municipales de la Comuna de Hualpén”, que tiene por objetivo general: Describir la motivación de los alumnos de sexto año básico con sobrepeso y obesidad para participar de la clase de Educación Física y salud en tres establecimientos municipales de la comuna de Hualpén y como objetivos específicos:

1. Identificar el tipo de motivación de los alumnos de sexto año básico con sobrepeso y obesidad para participar de la clase de Educación Física y salud.
2. Identificar los factores que motivan la participación de alumnos de 6to año básico con sobrepeso y obesidad para participar de la clase de Educación Física y salud.
3. Caracterizar los factores que motivan la participación de alumnos de 6to año básico con sobrepeso y obesidad para participar de la clase de Educación Física y salud.

Para esto es importante considerar su opinión acerca del ajuste de los ítems a las categorías y subcategorías del instrumento.

El instrumento está conformado por 16 ítems, cada uno de los cuales fue diseñado pensando en la evaluación de dos dimensiones. A continuación se le solicita que:

- a) Señale a que dimensión pertenece cada ítem

b) Señale a que indicador pertenece cada ítem

c) Si lo desea, puede mencionar alguna sugerencia en relación a los indicadores

Al mismo tiempo, se le hará entrega de una definición de la variable de estudio, para facilitar su clasificación.

De antemano agradecemos su participación en esta evaluación.

Seminaristas:

Katherine Montserrat Castillo Nova

Franco Andrés Cid Rivero

Carolina Eugenia Flores Villagrán

Francisco Javier Sandoval Henríquez

Eduardo Stephan Serri Torres

Profesor Guía: Sr. Rodrigo Antonio Tejada Navarro

Nombre Evaluador:

Institución:

Título:

Firma:

**Instrucciones:**

Escriba el número de la dimensión (1 y 2) a la cual corresponde el ítem y luego la letra del indicador (a, b ó c) que corresponda al reactivo. Si considera que pertenece a más de una dimensión, escriba todas las que usted considere que corresponda.

Ver código de las dimensiones y categorías a continuación:

<b>Variable</b>	<b>Dimensión</b>	<b>Indicador</b>
Motivación	1) Tipo de motivación	a) Intrínseco b) Extrínseco
	2) Factores motivantes	a) En relación al Profesor. b) En relación a los estudiantes. c) En relación a los contenidos. d) En relación a los recursos materiales.

1.- Me gusta demostrar mis habilidades.

Observaciones:

---

---

Dimensión	Indicador

2.- Me gusta competir con mis compañeros.

Observaciones:

---

---

Dimensión	Indicador

3.- Me gusta jugar o experimentar actividades nuevas.

Observaciones:

---

---

Dimensión	Indicador

4.- Me gusta realizar actividad física.

Observaciones:

---

---

Dimensión	Indicador

**5.- Quiero mejorar mis habilidades**

Observaciones:

---

---

<b>Dimensión</b>	<b>Indicador</b>

**6.- Quiero mejorar mi salud.**

Observaciones:

---

---

<b>Dimensión</b>	<b>Indicador</b>

**7.- Quiero ser parte del grupo de curso.**

Observaciones:

---

---

<b>Dimensión</b>	<b>Indicador</b>

**8.- Quiero mejorar mi apariencia física.**

Observaciones:

---

---

<b>Dimensión</b>	<b>Indicador</b>

9.- Me gustan las actividades que realiza el profesor.

Observaciones:

---

---

Dimensión	Indicador

10.- Me gusta el ambiente donde se desarrolla la clase.

Observaciones:

---

---

Dimensión	Indicador

11.-Me gusta como el profesor ordena las actividades y las realiza.

Observaciones:

---

---

Dimensión	Indicador

12.- Mis compañeros me motivan a participar.

Observaciones:

---

---

Dimensión	Indicador

13.- El profesor, mis padres y/o familia me motivan a participar.

Observaciones:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Dimensión	Indicador

14.- Me gusta utilizar diferentes materiales para el desarrollo de la clase.

Observaciones:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Dimensión	Indicador

15.- Me gusta participar para recibir recompensas (felicitaciones por parte del profesor, compañeros y/o familia).

Observaciones:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Dimensión	Indicador

16.- Participo porque todos participan.

Observaciones:


\_\_\_\_\_


\_\_\_\_\_

Dimensión	Indicador

### Anexo 3

#### “Validación del Instrumento”

Nombre Evaluador: Carlos Mateus Castillo  
Institución: UCSE.  
Titulo:  
Firma: 

Nombre Evaluador: María José Villán Novales  
Institución: Universidad de Concepción  
Titulo: Psicólogo  
Mag. Psicología = Psicoterapias Dinámicas  
(UPD)  
Firma: 

Nombre Evaluador: Gladys Anteros Saucedo  
Institución: UCSE  
Titulo: Prof. de Biología  
Firma: 