

RELACIÓN DE LAS NECESIDADES PSICOLÓGICAS BÁSICAS, MOTIVACIÓN E INTENCIÓN DE PRÁCTICAS DEPORTIVAS EN ADOLESCENTES
RELATIONSHIP BETWEEN BASIC PSYCHOLOGICAL NEEDS, MOTIVATION AND INTENTION TO PRACTICE SPORTS IN ADOLESCENTS

Autores: ¹Luis Joel Hidalgo Chimbay y ²Carlos Marcelo Ávila Mediavilla.

¹ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0007-5600-1810>

²ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-2649-9634>

¹E-mail de contacto: luis.hidalgochimbay8283@upse.edu.ec

²E-mail de contacto: cavilam@upse.edu.ec

Afiliación: ^{1*}Universidad Península de Santa Elena, (Ecuador).

Artículo recibido: 12 de mayo del 2025

Artículo revisado: 14 de mayo del 2025

Artículo aprobado: 8 de junio del 2025

¹Licenciado en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte en la Universidad Católica de Cuenca, Maestrante de la Maestría de Entrenamiento Deportivo de la Universidad de la Península de Santa Elena, (Ecuador).

²Docente – investigador – recopilador, Licenciado en Ciencias de la Actividad Física, Deportes y Recreación graduado en la Escuela Politécnica Del Ejercito, (Ecuador). Magíster en Entrenamiento Deportivo graduado en la Escuela Politécnica Del Ejercito, (Ecuador). Maestría en Docencia Universitaria y Administración Educativa graduado en la Universidad Tecnológica Indoamérica, (Ecuador). Maestría en Administración de Empresas mención Dirección y Gestión de Proyectos graduado en la Universidad Católica de Cuenca, (Ecuador).

Resumen

El estudio analiza cómo las necesidades psicológicas básicas y la motivación impactan en la intención de practicar deporte entre estudiantes de Educación Física. Se lleva a cabo un análisis mediante correlaciones bivariadas que permite identificar las relaciones existentes entre las variables evaluadas. La investigación incluye una muestra de 427 estudiantes de la unidad educativa Dr. Camilo Gallegos Domínguez, localizada en la Provincia del Cañar, Cantón Biblián. Los participantes tienen entre 9 y 17 años y pertenecen a los niveles de educación general básica y bachillerato general unificado. De ellos, 190 varones y 235 mujeres, con una ($M=13.72$, $DT=2.369$). Para obtener los datos, se aplican tres cuestionarios validados que miden la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, la motivación y la intención de mantenerse completamente activos. Los resultados indican que existe una relación positiva significativa entre la satisfacción de estas necesidades, la motivación y su intención de participar activamente en las clases de Educación Física. Además, se observa que los docentes que promueven entornos que satisfacen estas necesidades fortalecen la motivación intrínseca y extrínseca de los alumnos. Esto, a su vez, fomenta su compromiso con la actividad física

y su disposición a mantener activos tanto en contextos académicos como deportivos. En síntesis, el estudio resalta la importancia del rol docente en la creación de un ambiente que motiva e inspira a los estudiantes a adoptar un estilo de vida básicamente activo.

Palabras clave: Estudiantes, Educación Física, Necesidades psicológicas, Motivación, Intención de práctica deportiva.

Abstract

The study analyzes how basic psychological needs and motivation impact the intention to practice sports among Physical Education students. An analysis is carried out using bivariate correlations that allows identifying the existing relationships between the evaluated variables. The research includes a sample of 427 students from the Dr. Camilo Gallegos Domínguez educational unit, located in the Province of Cañar, Cantón Biblián. The participants are between 9 and 17 years old and belong to the basic general education and unified general high school levels. Of them, 190 male children and 235 female children, with one ($M = 13.72$, $SD = 2.369$). To obtain the data, three validated questionnaires are applied that measure the satisfaction of basic psychological needs, motivation and the intention to remain brilliantly active. The results indicate that there is a significant

positive relationship between the satisfaction of these needs, the students' motivation and their intention to actively participate in Physical Education classes. Furthermore, it is observed that teachers who promote environments that satisfy these needs strengthen the intrinsic and extrinsic motivation of students. This, in turn, encourages their commitment to physical activity and their willingness to stay active in both academic and sporting contexts. In summary, the study highlights the importance of the teaching role in creating an environment that motivates and inspires students to adopt a basically active lifestyle.

Keywords: Students, Physical Education, Psychological needs, Motivation, Intention to practice sports.

Sumário

O estudo analisa como as necessidades psicológicas básicas e a motivação impactam a intenção de praticar esportes entre estudantes de Educação Física. É realizada uma análise por meio de correlações bivariadas que permite identificar as relações existentes entre as variáveis avaliadas. A pesquisa inclui uma amostra de 427 alunos da unidade educacional Dr. Camilo Gallegos Domínguez, localizada na província de Cañar, Cantón Biblián. Os participantes têm entre 9 e 17 anos e pertencem aos níveis de ensino básico geral e ensino médio geral unificado. Destes, 190 crianças do sexo masculino e 235 do sexo feminino, sendo uma ($M = 13,72$, $DP = 2,369$). Para obter os dados, são aplicados três questionários validados que medem a satisfação das necessidades psicológicas básicas, a motivação e a intenção de permanecer brilhantemente ativo. Os resultados indicam que existe uma relação positiva significativa entre a satisfação destas necessidades, a motivação dos alunos e a sua intenção de participar ativamente nas aulas de Educação Física. Além disso, observa-se que os professores que promovem ambientes que satisfaçam essas necessidades fortalecem a motivação intrínseca e extrínseca dos alunos. Isto, por sua vez, incentiva o seu compromisso com a atividade física e a sua vontade de permanecer ativo tanto em contextos

académicos como desportivos. Em resumo, o estudo destaca a importância do papel do professor na criação de um ambiente que motive e inspire os alunos a adotarem um estilo de vida basicamente ativo.

Palavras-chave: Estudantes, Educação Física, Necessidades psicológicas, Motivação, Intenção de praticar esportes.

Introducción

El estudio analiza las Necesidades Psicológicas Básicas (NPB) y la motivación como elementos clave en la promoción de la intención de participar en actividades deportivas entre adolescentes. Se destaca cómo estos factores desempeñan un papel esencial en impulsar y mantener el interés de los jóvenes hacia la práctica deportiva. Este enfoque parte de la observación de que la actividad física entre los jóvenes tiende a ser irregular, influenciada por el desconocimiento de los entrenadores respecto a estas variables clave. Los ambientes generados en las prácticas deportivas a menudo resultan poco atractivos debido a la falta de estrategias pedagógicas que tomen en cuenta el rol crucial de la motivación intrínseca y extrínseca en el desarrollo de la actividad física. Cuando los docentes y entrenadores no logran estimular adecuadamente a los estudiantes, esto puede traducirse en apatía y abandono de la práctica deportiva, perjudicando tanto su desarrollo físico como su bienestar general. Por el contrario, cuando se promueve una motivación efectiva mediante el cumplimiento de las NPB, autonomía, competencia y relaciones interpersonales, los estudiantes experimentan mayor satisfacción y compromiso en la actividad física, favoreciendo una participación sostenida tanto dentro como fuera del aula. Este modelo no solo resalta el papel del docente como facilitador del aprendizaje, sino también como agente de cambio que fomenta hábitos saludables y el desarrollo integral de los adolescentes.

La motivación desempeña un papel crucial al promover la participación en actividades físicas tanto dentro como fuera del aula, desde la perspectiva de la psicología deportiva, el comportamiento humano hacia estas prácticas puede estar impulsado por diferentes tipos de motivación como; intrínseca, extrínseca o incluso la ausencia de ella, la motivación intrínseca, que se asocia con el placer y el disfrute, tiende a estar vinculada a un mayor nivel de autodeterminación, esto significa que las personas son más propensas a comprometerse de forma autónoma y satisfactoria con las actividades, en cuanto la motivación es principalmente extrínseca, la autodeterminación disminuye, lo que puede reducir el compromiso personal y limitar los beneficios emocionales. (Mazando y Valero, 2013).

Las necesidades psicológicas básicas que desempeñan un papel crucial en la práctica deportiva y en la motivación pueden explicarse de manera más detallada. La primera, la *competencia*, se refiere a la capacidad de realizar actividades con eficacia y confianza, asegurando que los resultados obtenidos se alineen con los objetivos deseados. La segunda, la *autonomía*, implica la habilidad de tomar decisiones libremente, eligiendo aquellas opciones que se consideran más adecuadas, sin la influencia de factores externos. Finalmente, la *necesidad de establecer relación con los demás*, se describe como la sensación de pertenencia y apoyo, basada en la colaboración y aceptación de personas significativas dentro del entorno del individuo. (Vallerand y Rousseau, 2001). Diversos estudios han destacado el papel fundamental que desempeñan las Necesidades Psicológicas Básicas, en el contexto de la educación física. (Sánchez-oliva et al; 2012; Castillo, Gonzales et al; 2022; Moreno-Murcia et al; 2018) argumenta que los estudiantes que presentan altos niveles

de satisfacción con sus Necesidades Psicológicas Básicas (NPB) Es más probable que desarrollen una motivación autodeterminada, lo que les facilitará disfrutar y valorar la importancia tanto de la actividad física como del ambiente deportivo. Además, se resalta la relevancia de satisfacer las necesidades de competencia, autonomía y conexión interpersonal. son fundamentales para fortalecer el compromiso y la satisfacción personal, aspectos clave en la psicología del individuo. Además, el contexto en el que el estudiante se desarrolla, influenciado por los estímulos sociales, juega un papel importante en su formación. Este proceso de socialización es facilitado por los docentes de Educación Física, quienes ejercen una gran influencia en los alumnos, contribuyendo a su bienestar y motivación. Esta perspectiva también ha sido ampliamente explorada lo deportivo. (Jowett et al., 2016; Moreno et al., 2011; Vlachopoulos y Michailidou, 2006).

Estas juegan un rol fundamental en la configuración de la motivación, tanto en niveles bajos como altos de autodeterminación, estas necesidades están vinculadas con distintos tipos de motivación: intrínseca, extrínseca e incluso con la desmotivación, Según la investigación de Moreno et al. (2010) es más probable que las personas desarrollen una motivación intrínseca, particularmente en contextos como el trabajo, donde experimentan satisfacción personal al realizar tareas, este tipo de motivación tiende a surgir cuando se promueve la autonomía, se alcanzan metas significativas y se fortalecen habilidades, lo que a su vez fomenta un sentido de competencia y conexión interpersonal. Por el contrario, cuando estas necesidades básicas no se satisfacen, disminuyen las probabilidades de experimentar una motivación extrínseca positiva, que está orientada hacia logros externos. En su lugar, puede aparecer la desmotivación, caracterizada por la falta de

interés o entusiasmo hacia las actividades, acompañada de frustración. En el ámbito de la educación física, la motivación adquiere un papel crucial, ya que influye directamente en el nivel de compromiso y esfuerzo de los estudiantes. Como componente central, la motivación orienta a los individuos hacia propósitos y metas concretas, siendo esencial en actividades tanto laborales como académicas, científicas o deportivas (Mendelsohn, 2001).

La motivación, de acuerdo con la Teoría de la Autodeterminación (TAD) propuesta por Deci, & Ryan (2000) se estructura en tres categorías principales: Motivación Intrínseca (MI), Motivación Extrínseca (ME) y motivación. La MI se caracteriza por la realización de actividades debido al disfrute y satisfacción personal que generan, sin necesidad de influencias externas. Según (Méndez-Giménez et al., 2013) esta forma de motivación impulsa comportamientos adaptativos a nivel cognitivo, emocional y conductual, lo que contribuye significativamente al desempeño y la satisfacción personal, por otra parte, investigaciones posteriores como Charchaoui et al. (2017) han ampliado este marco teórico, explorando cómo estas dinámicas influyen en diversos contextos y en el desarrollo integral de las personas. Según la Teoría de la Autodeterminación (TAD) propuesta por Ryan y Deci (2000) la motivación intrínseca se puede descomponer en tres dimensiones clave. La primera es la motivación intrínseca de *conocimiento*, que surge del disfrute asociado al aprendizaje y la exploración, motivando la práctica deportiva para satisfacer la curiosidad o adquirir un entendimiento más profundo. La segunda es la motivación intrínseca de *estimulación*, impulsada por el deseo de experimentar sensaciones gratificantes o emociones positivas que se derivan de la actividad. Finalmente, está la motivación intrínseca de *logro*, que se centra en el impulso

para mejorar habilidades, superar desafíos y alcanzar un progreso personal dentro del deporte, las investigaciones de los autores Carrasco et al., (2015); Fernández y Silveira, (2012) destacan que el Impulso externo proviene de factores externos y se define como un impulso generado por incentivos externos para llevar a cabo una acción. Este tipo de motivación puede manifestarse en distintos niveles: Regulación integrada Implica una internalización completa en la que las conductas no solo son reconocidas por su valor, sino también integradas de manera coherente con otros aspectos personales, como metas, valores y necesidades, Regulación identificada Se enfoca en el reconocimiento de los beneficios del ejercicio físico y el impacto positivo que tiene su práctica, Regulación introyectada Se caracteriza por comportamientos influenciados por la sensación de culpa u obligación, motivados por un deseo de cumplir con expectativas personales o sociales. Regulación externa las acciones están determinadas por estímulos externos o demandas impuestas por otras personas, como recompensas o sanciones.

La desmotivación representa la ausencia total de intención o propósito, lo que genera un alejamiento de cualquier tipo de motivaciones. (Moreno-Murcia, Sicilia, et al., 2014), indicaron que la falta de entusiasmo reflejaba la atención de un propósito claro para involucrarse en una actividad determinada. Con base en este planteamiento, dichas variables también fueron analizadas en el contexto de la Educación Física por investigadores como (Cera et al., 2015; Espinoza y Heredia, 2021; Usán y Salavera, 2018). De igual forma, se investigan en el ámbito deportivo, mostrando resultados consistentes con los reportados en trabajos de (Almagro et al., 2011; Balaguer et al., 2008; Freire, 2016). En relación con la intención de mantener activos esenciales, se evidencia como el objetivo expresado a los adolescentes para

participar en actividades físicas, siendo este un indicador relevante de la motivación y una proyección de conductas futuras (Shephard y Trudeau, 2000). Según Baena y Granero, 2014) además de la motivación, factores como la diversión y el aburrimiento experimentados por los alumnos en relación con el deporte influyeron en su interés por la Educación Física y su papel en la formación de hábitos de actividad física.

Varios estudios han demostrado que los estudiantes de Educación Física tienen la intención de mantener activos de manera regular (Baena y Granero-, 2015; Granero, Baena et al., 2014; Zueck et al., 2020) resultó determinante para su estilo de vida futuro. Asimismo, en el ámbito deportivo, se destacaron prácticas que promovieron una participación divertida y motivadora, lo que favoreció la adherencia a la actividad física (Abraldes et al., 2016; Baños et al., 2019; Gutiérrez et al., 2020). Este estudio tuvo como objetivo analizar el impacto de las necesidades psicológicas básicas y la motivación en la intención de practicar deportes en estudiantes de Educación Física, utilizando análisis de correlaciones bivariadas para determinar la relación entre las dimensiones evaluadas.

Materiales y Métodos

La investigación empleó un enfoque cuantitativo, ya que se basó en la recopilación de datos obtenidos a través de instrumentos validados, como cuestionarios. Además, se planteó un estudio descriptivo de tipo transversal, en el cual la información fue recolectada en un único momento (Montero y León, 2007). La muestra del presente estudio estuvo compuesta por 427 estudiantes de diferentes niveles educativos pertenecientes a la Unidad Educativa Dr. Camilo Gallegos Domínguez, con edades entre 9 y 17 años ($M = 13.72$, $DT = 2.369$). Estos estudiantes cursaban

niveles de educación general básica y bachillerato general unificado. Del total, 190 eran varones y 235 eran mujeres. A los participantes se les consultó sobre su participación en actividades extraescolares, y el 66.4 % (282 estudiantes) indicó que realizaban este tipo de actividades. En promedio, dedicaban 2,80 días a la semana, 1,66 horas al día y 1,45 sesiones diarias a dichas actividades. El muestreo utilizado no fue probabilístico, ya que se buscó incluir al mayor número posible de estudiantes accesibles. En esta investigación se emplearon cuatro cuestionarios previamente validados para recopilar información:

El cuestionario inicial corresponde a la Nivel de Evaluación de la Satisfacción de las Necesidades Psicológicas en la Actividad Física (PNSE). Diseñada originalmente por Wilson et al. (2006), Se ejecutó la versión en español validada por Moreno et al., (2011). Este cuestionario mide las necesidades de competencia, autonomía y relación interpersonal a través de 18 ítems, distribuidos en tres subescalas de seis preguntas cada una. Las respuestas se registran en una escala Likert de 1 (totalmente en desacuerdo) a 5 (totalmente de acuerdo). Los coeficientes de confiabilidad de Cronbach obtenidos fueron de .90 para competencia, .84 para autonomía y .83 para relación interpersonal. Segundo cuestionario para Evaluar la Regulación de la Conducta en el Deporte (BRQS): "Creado por Lonsdale, Hodge y Rose (2008) y adaptado al español por Moreno et al. (2011). De sus nueve dimensiones, se emplearon cinco: motivación intrínseca (general, conocimiento, estimulación, consecución) y desmotivación, cada una evaluada mediante cuatro ítems en una escala Likert de 1 (Nada es verdad) a 7 (Muy verdadero). Los coeficientes de Cronbach variaron entre .83 y .89. Por último, cuestionario de Medida de Intencionalidad para ser Físicamente Activo (MIFA): Propuesta por

Hiens y colaboradores (2004) y adaptada al español por Moreno, Moreno y Cervelló (2007). Este cuestionario incluye cinco elementos diseñados para medir la intención de los participantes de realizar actividad física. Las respuestas se recopilan utilizando una escala Likert que va desde 1 (completamente en desacuerdo) hasta 5 (completamente de acuerdo), obteniendo un coeficiente de Cronbach de 0,66. Se establece un contacto inicial con el mando del establecimiento educativo donde se desarrolla la investigación. Una vez obtenida la aprobación correspondiente, se comunica con los profesores responsables del área de práctica física para explicarles los objetivos del estudio y solicitar su colaboración. La recopilación de datos se lleva a cabo mediante un cuestionario diseñado en la plataforma Google Forms. Los estudiantes responden de manera rápida, segura y confiable durante las horas de clase, bajo la supervisión de su docente. El cuestionario se organiza en siete secciones. Durante su aplicación, el investigador principal está presente para explicar brevemente el propósito del estudio, orientar el proceso y resolver cualquier duda que pueda surgir. Se solicita a los participantes que respondan con total sinceridad tras reflexionar en cada pregunta. Completar el cuestionario requiere entre 15 y 25 minutos, dependiendo del nivel educativo y la edad de los participantes. Se realizaron a cabo análisis estadísticos descriptivos, correlaciones bivariadas y una evaluación de la confiabilidad mediante el coeficiente alfa de Cronbach. Para el procesamiento de los datos, se implementó el software estadístico SPSS.

Resultados y Discusión

A continuación, se presenta un cuadro resumen que muestra las dimensiones evaluadas, las preguntas relacionadas con cada una, y los resultados obtenidos de la media (M), la

desviación estándar (DE) y el coeficiente de fiabilidad de Cronbach (α):

Tabla 1. Evaluación de la Satisfacción de las Necesidades Psicológicas en la Actividad Física

Dimensión	Ítems Evaluados	Media (M)	DE	@	Alfa de Cronbach	N de ítems
Competencia	Ejercicios desafiantes (ej. PNSE 1: "Creo que puedo completar los ejercicios que son un reto personal").	24,93	21,91	0,879 - 0,911	0,903	6
Autonomía	Capacidad de decisión en ejercicios (ej. PNSE 2: "Siento que puedo hacer ejercicios a mi manera").	22,46	29,35	0,804 - 0,832	0,848	6
Relación Interpersonal	Cercanía con compañeros de ejercicio (ej. PNSE 3: "Me siento atado a mis compañeros porque ellos me aceptan por quien soy").	23,53	24,08	0,788 - 0,829	0,832	6

Fuente: elaboración propia

Se estudió la media (M), la desviación estándar (DE) y el coeficiente de fiabilidad de Cronbach (α) de tres dimensiones relacionadas con las necesidades psicológicas básicas: Competencia, Autonomía y Relación Interpersonal. La fiabilidad de los cuestionarios fue alta en todas las dimensiones ($\alpha \geq 0,80$), lo que asegura la consistencia interna de las respuestas. Se muestra que perciben satisfactoriamente sus necesidades psicológicas en la actividad física, destacándose altas medias en competencia, autonomía y relación interpersonal, con valores que oscilan alrededor de 22 a 25 puntos, lo que sugiere una percepción favorable en estas dimensiones. Aunque las desviaciones estándar relativamente elevadas reflejan cierta variabilidad en las respuestas individuales. Los resultados sugieren que la actividad física promueve la sensación de eficacia, libertad personal y buen ambiente social entre los participantes.

Tabla 2. Regulación de la Conducta en el Deporte (BRQS)

Dimensiones	M	DE	@
Competencia	4.98	.91	.90
Autonomía	4.49	1.07	.84
Relación	4.70	.97	.83
MI General	6.15	.94	.83
MI Conocimiento	6.13	.99	.89
MI Estimulación	5.97	1.03	.87
MI Consecución	6.07	.97	.87
Desmotivación	4.18	1.77	.86
MIFA	4.34	.66	.79

Fuente: elaboración propia

Se presentan los resultados del análisis de los medios, la desviación estándar y el alfa de Cronbach para las distintas Dimensiones. Se observa que la escala de satisfacción de las necesidades psicológicas básicas en la dimensión de competencia alcanzó una media de (M=4.98), mientras que la dimensión de relación obtuvo una media de (M=4.70). En cuanto a la motivación, la puntuación más alta corresponde a la motivación intrínseca general con una media de (M=6.15), seguida por la estimulación con una media de (M=5.97). Por otro lado, la desmotivación resultó ser la variable con la puntuación más baja, alcanzando una media de (M=4.18), mientras que la intención de ser esencialmente activa presentó una media de (M=4.34).

Tabla 3. Medida de Intencionalidad para ser Físicamente Activo (MIFA)

Ítem	Pregunta	Media (M)	Desviación Estándar (DE)	Fiabilidad de Cronbach (@)
MIFA 1	Me interesa el desarrollo de mi forma física	17,27	7,946	0,77
MIFA 2	Al margen de las clases de Educación Física, me gustaría practicar deporte	17,21	7,849	0,747
MIFA 3	Después de terminar el instituto, quisiera formar parte de un club deportivo de entrenamiento	17,66	6,564	0,751
MIFA 4	Después de terminar el instituto, me gustaría mantenerme físicamente activo/a	17,27	7,548	0,739
MIFA 5	Habitualmente practico deporte en mi tiempo libre	17,57	7,439	0,794

Fuente: elaboración propia

El alfa de Cronbach correspondió a 0,799 y el número de elementos correspondió a cinco. En este estudio, se analizaron las dimensiones de la motivación e intención de practicar deporte, midiendo la media, la desviación estándar de las respuestas y el coeficiente de fiabilidad de Cronbach para verificar la consistencia interna de los ítems evaluados. El Alfa de Cronbach obtenido de 0,799 indica una alta fiabilidad en las respuestas.

Tabla 4. Análisis de las correlaciones de las dimensiones del estudio

#	Variables	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	Competencia	-	.59**	.65**	.62**	.61**	.64**	.65**	.08	.54**
2	Autonomía	-	-	.62**	.40**	.37**	.44*	.42*	.29*	.41**
3	Relación	-	-	-	.54*	.54*	.60*	.56*	.28*	.48**
4	MI General	-	-	-	-	.88**	.85**	.87**	.05	.60**
5	MI Conocimiento	-	-	-	-	-	.90**	.89**	.07	.62**
6	MI Estimulación	-	-	-	-	-	-	.90**	.12*	.64**
7	MI Consecución	-	-	-	-	-	-	-	.08	.63**
8	Desmotivación	-	-	-	-	-	-	-	-	.17
9	MiFA	-	-	-	-	-	-	-	-	-

Fuente: elaboración propia

En la Cuarta tabla se evidencia que la variable de competencia muestra una clasificación positiva con la autonomía, la relación, la motivación intrínseca y la intención de ser esencialmente activo, pero no guarda relación con la desmotivación. Asimismo, las tres dimensiones de la Escala de Satisfacción de las Necesidades Psicológicas Básicas (competencia, autonomía y relación) están positivamente correlacionadas entre sí. De manera similar, los aspectos de la motivación intrínseca, como el conocimiento, la estimulación y la consecución, presentan correlaciones con la intención de ser esencialmente activo, aunque no se asocian con la desmotivación. NPB se refiere a las Necesidades Psicológicas Básicas, que incluyen competencia, autonomía y relación. La Motivación Intrínseca (MI) se clasifica en varias dimensiones: MI General, MI por Conocimiento, MI por Estimulación y MI por Consecución. Por otro lado, la Desmotivación

representa la ausencia de interés. Finalmente, MIFA hace referencia a la Medida de la Intencionalidad de ser Físicamente Activo.

El objetivo de este estudio fue examinar de qué manera las necesidades psicológicas fundamentales y la motivación impactan en la disposición de los estudiantes de Educación Física para continuar siendo esencialmente activos. Para lograrlo, se realizaron análisis de correlaciones bivariadas que permitieron investigar las relaciones entre las diversas dimensiones analizadas. Estudios como el realizado por Sánchez et al. (2012), quienes investigan a 1890 estudiantes que realizan Actividad Física entre 13 y 18 años en diversas instituciones de educación secundaria de la Comunidad Autónoma de Extremadura, evidencian una relación positiva entre las necesidades psicológicas fundamentales y la motivación extrínseca. En cambio, se observará una relación negativa y significativa con la desmotivación. Estos resultados coinciden con los hallazgos de esta investigación, donde las necesidades psicológicas básicas se relacionaron positivamente con la motivación intrínseca en sus diferentes dimensiones, como el conocimiento, la estimulación y la consecución. Además, se descubrió que la desmotivación estaba asociada de manera negativa con estas variables.

En otro estudio realizado por Moreno et al. (2018), enfocado en estudiantes de secundaria de entre 13 y 19 años, se encontraron correlaciones entre las NPB relacionadas con la interacción social, la estimulación y la intención de mantener un estilo de vida activo. Estos hallazgos coinciden con los obtenidos en este trabajo, ya que las dimensiones de las necesidades psicológicas básicas, tales como la autonomía, la conexión con otros y la competencia, están relacionadas positivamente

con la intención de ser activa involucrada y negativamente con la desmotivación. En un estudio previo de Castillo et al. (2012), se aplicó una investigación a 625 jugadores masculinos en la categoría inferior, pertenecientes a 43 clubs de fútbol de diferentes cantones de valencia. Los participantes tenían edades entre 12 y 14 años y una media de 2,25 días de entrenamiento semanal ($DT = 1,62$). Esta investigación reveló que la percepción de un estilo de entrenamiento controlador por parte del entrenador era un factor predictivo positivo para la frustración de las necesidades psicológicas básicas de competencia, autonomía y relación. A su vez, estas tres necesidades estaban relacionadas de forma positiva con la intención de los deportistas de mantenerse activamente involucrados en la práctica deportiva.

Los hallazgos obtenidos coinciden de manera favorable con los resultados de nuestra investigación, donde las necesidades psicológicas básicas se correlacionan positivamente entre sí, al igual que la intención de mantenerse activa y comprometida. En investigaciones previas realizadas por Jowett et al. (2016) y Moreno et al. (2011) en el contexto deportivo, centrados en jóvenes atletas de entre 12 y 18 años pertenecientes a diversos clubs, se hallaron correlaciones positivas entre una buena relación con la satisfacción de las necesidades psicológicas fundamentales y una relación negativa con la frustración y la desmotivación en su práctica deportiva. Estos hallazgos coinciden de manera favorable con los resultados de este estudio, donde se supervisa una estimulación positiva entre las necesidades psicológicas básicas y la intención de mantenerse activamente involucrada, así como una relación negativa con la desmotivación. Por otro lado, en un estudio separado de Vlachopoulos y Michailidou (2006),

realizado con 508 y 504 participantes de gimnasios privados, también se encontró que las necesidades psicológicas fundamentales se correlacionan positivamente con la intención de mantenerse activo en el ámbito deportivo. En este estudio, se evaluó cómo se satisfacen las necesidades innatas de autonomía, competencia y relación, y los resultados obtenidos coinciden con los de esta investigación, reforzando la activación positiva entre la intención de mantenerse activa involucrada y la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas.

Según la investigación realizada a cabo por todos los autores, realizada sobre una muestra de 388 estudiantes de Educación Física, conformada por 218 masculinos y 172 femenino, con edades entre los 12 e 17 años, y que cursan de 1º e 5º de Educación Secundaria Obligatoria en distintos centros educativos públicos de la región de Murcia. Los resultados de este estudio muestran una relación positiva entre la práctica deportiva y la satisfacción de las necesidades psicológicas fundamentales, mientras que se observa una relación negativa con la desmotivación. Estudios como el realizado por Cera et al. (2015), enfocados en estudiantes de Educación Física (EF) con edades entre 12 y 16 años, incluyen a 170 participantes (95 varones y 75 mujeres) de Educación Secundaria Obligatoria en la provincia de Huelva. Los resultados obtenidos muestran efectos positivos y significativos en la motivación. Se encuentran correlaciones entre la motivación general, el sentido de competencia y la estimulación, y se observa una relación inversa con la desmotivación.

Por otro lado, estudios como el de Espinoza y Heredia (2021), en donde se analizaron a 403 estudiantes de Educación Física (196 varones y 207 mujeres) cuyas edades oscilan entre los 9 y 18 años, y se observan relaciones entre la motivación intrínseca a nivel general y la

motivación extrínseca en todos los grupos. en diferentes contextos. Además, se observa una influencia positiva de la intención de ser esencialmente activo, aunque algunos aspectos como el aburrimiento se correlacionan de manera negativa en este estudio, similar a los resultados obtenidos en este trabajo. Usan y Salavera (2018) llevaron a cabo un estudio con estudiantes de entre 13 y 17 años, pertenecientes a 19 centros de Educación Secundaria Obligatoria ubicados en la provincia de Zaragoza. se analizó las variables motivacionales que mostraron una estimulación positiva con los resultados obtenidos en esta investigación. Estas incluyen la motivación intrínseca de conocimiento, la motivación intrínseca de consecución, y, a su vez, una compensación negativa con la desmotivación.

Además, investigaciones deportivas de los autores Almagro et al. (2011) con una muestra de 580 atletas, compuesta por 105 mujeres y 475 hombres de entre 12 y 17 años de edad, recolectados de escuelas deportivas municipales y clubes de diversas localidades en España, también observaron una compresión positiva y significativa entre las dimensiones de la motivación intrínseca: El entendimiento, la estimulación y la acción, junto con la intención de mantenerse esencialmente activo, son factores clave. Estas relaciones respaldan los hallazgos de nuestro estudio, ya que demuestran que las diferentes dimensiones de la motivación se encuentran correlacionadas positivamente con el grado de actividad física activa. Una investigación realizada a cabo por Freire (2016) analizó a 99 deportistas de diferentes edades (13 a 23 años) de distintos centros deportivos en la ciudad de Buenos Aires. Los resultados mostraron conexiones positivas significativas con la motivación intrínseca de conocimiento y estimulación, además de una relación positiva con la intención de ser esencialmente activa.

También se observará una evaluación negativa con la desmotivación, lo que coincide con los resultados de nuestra investigación. De manera similar, investigaciones pasadas en el ámbito deportivas realizados por Balaguer et al. (2008) con 300 deportistas (172 varones y 131 damas) de diversas disciplinas, preparándose más de cuatro días a la semana y con una edad promedio de 24.1, también encontraron correlaciones positivas significativas. Con una motivación intrínseca orientada al aprendizaje, la estimulación y el logro, y una influencia negativa asociada a la desmotivación, se evidencian correlaciones que respaldan los resultados de nuestra investigación. En ella, se observa una conexión positiva entre las dimensiones analizadas y un vínculo.

Otros estudios como las de Baena y Granero (2015), que incluyeron a 124 clubs (59 masculino y 66 femenino) de 3º año de Educación Secundaria Obligatoria en un colegio público en España, muestran que la intención de ser esencialmente activa, está estrechamente vinculado con el bienestar y el disfrute de los estudiantes en la asignatura de Educación Física. Esta conexión es favorable en relación con la motivación interna y los niveles reducidos de aburrimiento o falta de interés. Nuestros resultados coinciden con estas observaciones, ya que la disposición para mantenerse brillantemente activo muestra una motivación positiva con la motivación y negativa con la falta de motivación. Granero et al. (2014), genera una muestra de 759 educativas (347 varones y 411 damas) de bachillerato en Murcia, encontraron tanto correlaciones positivas como negativas entre sus dimensiones. Estos resultados coinciden con nuestro estudio, mostrando valores bajos de aburrimiento y una relación positiva con variables como la motivación intrínseca,

extrínseca y la aceleración negativa con la importancia del aburrimiento.

En la investigación de Zueck et al. (2020), participó 210 adolescentes que pertenecen a unidades educativas de primaria conformado de 115 (93 dama y 115 varones) de cuatro escuelas en Chihuahua. Encontraron una evaluación positiva entre motivación, necesidades psicológicas básicas e intención de ser esencialmente activa, que se asemeja a nuestros resultados sobre las variables estudiadas. En el área deportiva, las investigaciones de Abraldes et al. (2016) con 163 nadadores en diferentes clubes, mostraron que la diversión era más prevalente que el aburrimiento. Estos resultados coinciden con nuestra investigación, ya que también se relacionan positivamente con niveles altos de intención de ser básicamente activo. En el estudio de Baños et al. (2019) con 457 estudiantes de bachillerato (247 mujeres y 210 hombres), los análisis de valoración revelaron relaciones positivas entre la satisfacción y la diversión con la Educación Física, así como niveles bajos de desmotivación y altos en la intención de participar en deportes. Estas correlaciones coinciden positiva y negativamente con, los resultados indican que los niveles asociados a la dimensión de aburrimiento o falta de motivación son bajos. Por último, las investigaciones de Gutiérrez et al. (2020) con 373 escolares, que practican deportes individuales y de conjunto en diferentes estados de México, estos hallazgos coinciden con los resultados de nuestro estudio, que evidencian una relación positiva entre la motivación intrínseca y la intención de participar activamente en el deporte, así como una relación negativa.

Conclusiones

El estudio confirma que los docentes que promueven el desarrollo de las NPB en los estudiantes logran estimular significativamente

la motivación, lo que contribuye a una mayor intención de mantener la actividad física tanto en contextos educativos como deportivos. Los resultados también indican que los docentes que no fortalecen las NPB en sus estudiantes enfrentan dificultades para impulsar la motivación y la intención de practicar actividad física, lo que resalta la importancia de estas necesidades para el éxito en la participación física. Aunque los hallazgos sugieren una relación positiva entre las NPB, la motivación y la intención de ser activo en adolescentes, se recomienda realizar investigaciones con muestras más amplias y representativas, ya que la muestra de conveniencia utilizada limita la generalización de los resultados.

Agradecimientos

Expreso mi gratitud a Dios por otorgarme la fortaleza y sabiduría esenciales para desarrollar esta investigación. Manifiesto también mi agradecimiento a los docentes de Educación Física de la unidad educativa Dr. Camilo Gallegos Domínguez por su valiosa participación y disposición. De igual manera, agradezco al Mgs. Marcelo Ávila, cuyas orientaciones y observaciones han contribuido significativamente al enriquecimiento de este trabajo. Finalmente, extiendo mi reconocimiento a mi familia, amigos y colegas por el apoyo incondicional brindado a lo largo de este proceso.

Referencias Bibliográficas

- Abraldes, J. (2016). Orientaciones de meta, satisfacción, creencias de éxito y clima motivacional en nadadores. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.*, 16(63), 583-599.
- Almagro, B. (2011). Clima motivacional percibido, necesidades psicológicas y motivación intrínseca como predictores del compromiso deportivo en adolescentes. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte.*, 7(25), 250-265.
- Baena, A. (2014). Versión española del Sport Satisfaction Instrument (SSI) adaptado al aprendizaje de la Educación Física bilingüe en inglés. *Revista Interdepartamental e Interuniversitaria.*, 2(24), 63-76.
- Baena, A. (2015). Educación física e intención de práctica física en tiempo. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 17(3), 132-144.
- Balaguer, I. (2008). Apoyo a la autonomía, satisfacción de las necesidades, motivación y bienestar en deportistas de competición: un análisis de la teoría de la autodeterminación. *Revista de Psicología del Deporte*, 17: 123-139.
- Baños, R. (2019). Satisfacción, aburrimiento e importancia de la educación física en la intención de realizar actividad física extraescolar en adolescentes mexicanos: Satisfacción, aburrimiento e importancia de la educación física. *Cuadernos de Psicología del Deporte.*, 19(3), 205-215.
- Carrasco, H., y Chiroso, L. J. (2015). Efectos de un programa extraescolar basado en juegos reducidos. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 23-31.
- Castillo, G. (2022). Estilo interpersonal controlador del entrenador, frustración de las necesidades psicológicas básicas, y burnout en futbolistas infantiles. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 12(1), 143-146.
- Cera, E., y Conde, C. (2015). Inteligencia emocional y motivación en educación física en secundaria. *Emotional intelligence and motivation in physical education in secondary school.*, 27(1), 8-13.
- Charchaoui, I., y Chacón, F. (2017). Tipos de motivación para participar en las clases de educación física en la etapa de enseñanza

- secundaria obligatoria (E.S.O.). *Revista Científica digital*, 18, 37-46.
- Chima, E., y Heredia, D. (2023). Motivación, satisfacción e importancia de la educación física: percepciones en niños y adolescentes. *Polo de Conocimiento*, 8, 12.
- Deci, & Ryan, R. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behaviour. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268.
- Fernández, D. (2012). Evaluación de la motivación académica y la ansiedad escolar y posibles relaciones entre ellas. *Revista Psico-USF*, 17(3), 447-455.
- Fernández, J. (2017). “El Ciclo del Aprendizaje Cooperativo: una guía para implementar de manera efectiva el aprendizaje cooperativo en educación física”. *Universidad de Oviedo*, 57, 31-38.
- Franco, E. (2016). Intención de ser físicamente activos entre estudiantes de EF: diferencias según la obligatoriedad de la enseñanza. *Revista española de Educación Física y Deportes.*, 12(414), 39-51.
- Granero, A. (2014). Perfiles motivacionales de apoyo a la autonomía, autodeterminación, satisfacción, importancia de la educación física e intención de práctica física en tiempo libre. *Cuadernos de Psicología del Deporte.*, 14(2), 59-70.
- Gutiérrez, P. (2020). Clima de empoderamiento, tipos de motivación, diversión y aburrimiento en jóvenes deportistas. *Journal of Behavior, Health & Social Issues*, 12(2), 23-32.
- Jowett, G. (2016). Perfeccionismo, agotamiento y participación en el deporte juvenil: el papel mediador de las necesidades psicológicas básicas. *Psicología del Deporte y del Ejercicio*, 24, 18-26.
- León, I. (2002). Clasificación y descripción de las metodologías de investigación en Psicología. *Revista Internacional de Psicología Clínica y de la Salud*, pp. 503-508.
- Manzano, D., y Valero, A. (2013). Análisis del perfil motivacional de diversos grupos de atletasy su repercusión en el nivel de satisfacción deportiva. *SPORT TK-Revista EuroAmericana de Ciencias del Deporte*, 1-11.
- Mendelsohn, D. (2001). La motivación en el fútbol. [Motivation in football]. *Revista Digital*, 7(37), 10.
- Méndez, A. y Fernández, J. (2013). climas motivacionales, necesidades, motivación y resultados en Educación Física. *Motivational climates, needs, motivation and results in Physical Education*, 41(1), 63-72.
- Moreno, J., González, E., y Martín, J. (2010). Motivation and performance in physical education: an experimental test. *Journal of Sports Science and Medicine*, 9, 79-85.
- Moreno, E., González, D. (2014). Análisis motivacional comparativo en tres contextos de actividad física. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 14(56), 665-685.
- Moreno, et al. (2018). Capacidad predictiva del apoyo a la autonomía en clases de educación física sobre el ejercicio físico. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 51(1), 30-37.
- Moreno, J., y Martínez, C. y. (2011). Validación de la Escala de “Satisfacción de las Necesidades Psicológicas Básicas” y del Cuestionario de la “Regulación Conductual en el Deporte” al contexto español. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 26(7), 355-369.
- Ryan, R., & Deci, E. (2000). La Teoría de la Autodeterminación y la Facilitación de la Motivación Intrínseca, el Desarrollo Social, y el Bienestar. *American Psychologist*, 55(1), 16.

Sánchez (2012). Desarrollo de un cuestionario para valorar la motivación en educación física. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 7(2), 226.

Shephard, R. (2012). The Legacy of Physical Education: Influences on Adult Lifestyle. *Pediatric Exercise Science*. 12(1), 34-50.

Usán, P., Salavera, C. (2018). Motivación escolar, inteligencia emocional y rendimiento. *Actualidades en Psicología*, 32(125), 2018, 95-112.

Vallerand, R. (2001). A hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation in sport and exercise. *Advances in motivation in sport and exercise*, 263-319.

Vlachopoulos, S. y Michailidou, S. (2006). Desarrollo y validación inicial de una

medida de autonomía, competencia y relación en el ejercicio: la escala de necesidades psicológicas básicas en el ejercicio. *Medición en Educación Física y Ciencias del Ejercicio*, 10 (3), 179-201.

Zueck, M. (2020). Satisfacción en las clases de Educación Física y la intencionalidad de ser activo en niños del nivel de primaria. *nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación.*, 37, 33-40.



Esta obra está bajo una licencia de **Creative Commons Reconocimiento-No Comercial 4.0 Internacional**. Copyright © Luis Joel Hidalgo Chimbay y Carlos Marcelo Ávila Mediavilla.

