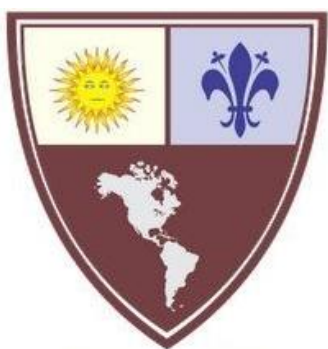




U.A.I

Universidad Abierta Interamericana

***La pérdida de motivación en adolescentes
durante las clases de Educación Física***

Autor: **Romero, Marcos Ariel**

Tutor: **Lic. Renato Colasurdo**



**Facultad de
Motricidad humana y deportes**

Universidad Abierta Interamericana

Licenciatura en Educación Física y Deportes

Curso Académico 2022-2023

Indicé

Presentación del Problema	3
Introducción.....	3
Problema Real.....	4
Preguntas de investigación	4
Problema de investigación.....	4
Metodología de Trabajo	5
Estudio y Diseño	5
Objetivos y Propósitos	6
Hipótesis	7
Estado del arte.....	7
Marco Teórico.....	10
Marco de Referencia	17
Operativización Del Trabajo	18
Puesta en marcha del trabajo. Instrumento de recolección de datos.....	18
Análisis de los datos obtenidos.....	24
Conclusiones.....	29
Referencias Bibliográficas.....	30
Anexos.....	32

Presentación del Problema

Introducción

La motivación en los estudiantes es un factor importante que influye tanto en el rendimiento académico como también en la participación en las actividades escolares. En el caso de la materia de Educación Física, cuya asignatura es reconocida por brindar herramientas en cuanto a un desarrollo integral a nivel físico, emocional, salud y generar habilidades sociales en donde el sujeto luego pueda desenvolverse normalmente en el mundo, la desmotivación se ha convertido en un tema de interés para la investigación educativa. Diversos estudios señalan que a medida que los jóvenes avanzan en su trayectoria escolar, el interés hacia la disciplina disminuye de forma alarmante, sin embargo, en los últimos años se ha observado una disminución significativa por participar activamente en las clases de Educación Física, especialmente en los últimos años de la educación secundaria, cuyo momento ideal es cuando los estudiantes deberían estar más involucrados en actividades que fomenten su desarrollo integral.

La pregunta central del trabajo de investigación es: ¿Cuál es el nivel de motivación hacia la asignatura Educación Física que tienen los estudiantes de 6to año del colegio Instituto San Pablo de la localidad de Wilde durante el ciclo lectivo 2023? Si bien algunas de las hipótesis planteadas fueron por diálogos con colegas de la misma materia, como también con los estudiantes, e incluso la propia curiosidad por investigar los factores que inciden en el problema, luego de haber ejercido 6 años como docente, llevó a realizar la investigación.

Este estudio tiene como objetivo investigar la causas de la pérdida de motivación en adolescentes en los estudiantes de 6to año de nivel secundario del colegio Instituto San Pablo de la localidad de Wilde durante el ciclo lectivo 2023, para abordar este problema, a través de un enfoque cuantitativo se utilizará la Instrumento de SMS - Escala de Motivación Deportiva (Sport Motivation Scale) como instrumento para la recolección de datos, en donde 66 estudiantes respondieron de forma anónima, esta herramienta permitirá analizar las principales variables que influyen en la baja motivación de los estudiantes, como también si existen factores externos como la falta de interés hacia la actividad física, la falta de incentivos en participar durante la clase o si la estructura curricular que lleva a cabo la metodología del docente en su participación incide en el problema.

Entendiendo los resultados que contribuyen al desinterés permitió no solo identificar que los estudiantes están de acuerdo en que la Educación Física brinda herramientas para la salud y bien estar, aunque no está en claro que quieran saber más sobre las actividades que se practican o tengan interés en descubrir nuevas estrategias de ejecución, sin embargo, presentan una opinión clara que el área no ayuda en las relaciones sociales, tampoco se sienten capacitados y no buscan un cierto prestigio, para ello se propone una intervención pedagógica enfocada hacia los deportes alternativos, en donde se logre realizar un incremento hacia una mayor participación y compromiso de los estudiantes hacia la materia de Educación Física, contribuyendo al desarrollo integral, a las habilidades sociales y promoviendo hábitos saludables a largo plazo.

Problema Real

La problemática observable que se presenta es que, en la escuela a nivel secundario, los jóvenes adolescentes en edades de 16 años en adelante (curso 6to año), que debieran participar en las clases de Educación Física en su mayoría manifiestan poco interés al momento de realizar las actividades, llegado a tal punto por momentos de estar presente en la escuela, pero estando en posición de sedestación durante el dictado de la clase.

A medida que avanza el tiempo y en correlación con su edad, el interés se va perdiendo poco a poco, hasta llegar a un punto de no querer realizar las clases solicitando días de “S.A.F.” (Sin actividad física) e incluso llegan a ausentarse totalmente en la materia y por consiguiente finalizan el año desaprobando, ya que lo denominan una materia “fácil” de aprobar en mesas de examen en comparación con otras asignaturas que forman parte de un plan de estudios en el nivel secundario.

Los indicadores del problema real que se observan se mencionan a continuación, como pueden ser, el registro indica que la asistencia anual a clases de marzo a noviembre fue del 43,99% (véase anexo 2), sumado a el desinterés total por aprobar la materia, ausentismo, manifestaciones continuas de permanecer en S.A.F. en continuadas clases, nula entrega de trabajos prácticos (sea formato papel o digital).

Por ello se requiere realizar un trabajo de investigación para lograr determinar cuáles son los motivos de los alumnos del nivel secundario con relación al área de Educación Física presentan una falta de compromiso con la materia.

Preguntas de investigación

¿La falta de contenido teórico en el aula influye en el ausentismo?

¿La motivación impacta cuándo no se evalúan correctamente los contenidos dictados referentes del diseño curricular?

¿Se debería realizar pruebas físicas como teóricas a fin de trimestre?

¿La inclusión de las TIC en el área pedagógica como criterio evaluativo, generaría un mayor interés en el alumnado?

¿Por qué asisten y las consideran más importantes a otras materias como pueden ser matemáticas, historia, geografía, entre otras, pero a Educación Física no?

Problema de investigación

¿Cuál es el nivel de motivación hacia la asignatura Educación Física que tienen los alumnos de 6to año del colegio Instituto San Pablo de la localidad de Wilde durante el ciclo electivo 2023?

Metodología de Trabajo

Estudio y Diseño

El presente enfoque cuantitativo en el cual es secuencial y de orden riguroso, el tipo de estudio será exploratorio tomando visos de descriptivo, ya que al no haber antecedentes de la aplicación del estudio, lo que se buscara es examinar el problema que para la institución educativa es un tema de muy poco conocimiento, para ello se utilizara el Instrumento de SMS – Escala de Motivación Deportiva (Sport Motivation Scale) cuyo test posee vigencia y la aplicación representa una muestra adecuada para el alcance del objetivo a evaluar, que a la vez tiene la intencionalidad de buscar las variables desconocidas con la finalidad de generar una resolución a la problemática presentada en cuanto a la poca motivación de la población de estudio a las clases de la Educación Física.

Se derivan objetivos con preguntas de investigación que a su vez se realiza una perspectiva teórica del tema planteado, de las preguntas establecidas de una hipótesis, se marca un camino en la cual, con un diseño de medición de estadística, ayuda a extraer una serie de conclusiones de la hipótesis planteada.

“El enfoque cuantitativo utiliza la recolección de datos para probar hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico, con el fin establecer pautas de comportamiento y probar teorías.” (Hernández, 2014,p.4).

El enfoque cuantitativo presenta características que ayudaran a dar respuesta al problema de investigación, entre ellas se destacan las siguientes:

- El investigador plantea un problema de estudio y concreto sobre un suceso, en la cual las preguntas de investigación hablan sobre el mismo.
- Surge el requisito de medir la magnitud del problema de investigación.
- Una vez planteado el problema de estudio, por parte del investigador teniendo en cuenta lo investigado anteriormente, construye un marco teórico para guiar su estudio en la cual puede derivar en una o varias hipótesis.
- las hipótesis son respuestas tentativas a un problema de investigación, y estas respuestas se formulan en función de un marco teórico.
- Se utiliza la recolección de datos que miden variables contenidas en la hipótesis que son aceptados por una comunidad científica, están orientadas a que los fenómenos estudiados son observables al mundo real.
- Los datos de la medición se expresan en números.
- El análisis cuantitativo se interpreta por la hipótesis y de la teoría previa.

La pérdida de motivación en adolescentes durante las clases de Educación Física

- La investigación cuantitativa tiene que ser objetiva, por consiguiente, lo que se mide no debe ser afectado por el investigador, ya sea por sus creencias, tendencias propias y tampoco debe ser alterados por otras preferencias.
- El enfoque cuantitativo prosigue una línea estructurada denominada “proceso”.
- En el estudio cuantitativo se busca confirmar los fenómenos investigados.
- A través de la validación del proceso de investigación, las conclusiones contribuyen a la generación del conocimiento.
- Comienza con la teoría, luego se prosigue con las hipótesis que el investigador pone a prueba.

“Según Álvarez de Zayas y Sierra (2004), los estudios exploratorios se activan cuando el tema o problema de investigación posee ideas muy superficiales, poco iluminadas o sus estudios son muy elementales; no hay antecedentes serios y profundos.” (Tamara, 2022,p.17).

Objetivos y Propósitos

Objetivos:

- Identificar las causas por las cuales los alumnos de nivel secundario no tienen motivación en relación con la materia de Educación Física.
- Describir los factores de la inasistencia.
- Contrastar la falta de incentivo de realizar actividad física en la adolescencia.
- Analizar si los docentes de la institución tienen en cuenta esta situación.
- Describir si la ausencia por licencias repetidas del docente a cargo del área pedagógica incide en la motivación de los alumnos en cuanto a Educación Física.
- Identificar si los horarios mal asignados por parte de la institución son influyentes en la ausencia de los alumnos.

Propósitos:

- Mostrar los resultados obtenidos a la institución.
- Crear una propuesta que logre mayor presentismo de los alumnos.
- Generar mayor conciencia sobre la importancia de realizar Educación Física.
- Sugerir una solución.

La pérdida de motivación en adolescentes durante las clases de Educación Física

- Determinar si la inasistencia en el área pedagógica es un tema relevante dentro de la escuela.
- Resignificar el rol docente en las clases de Educación Física.

Hipótesis

Durante el dictado de clases de Educación Física en horario escolar de la escuela Instituto San Pablo de Wilde localidad de Avellaneda, se puede observar que hay muy poca participación hasta incluso carencia de asistencia por parte de los alumnos del último año de la secundaria, contando con una experiencia docente de 6 años e impartiendo clases en el colegio desde 2021 se entiende que la causa del problema se debe a la insuficiencia de motivación propia de los mismos estudiantes por participar de la actividad física que brinda el área pedagógica.

En diálogo con alumnos y colegas, se pueden destacar las siguientes frases como pueden ser:

- Por parte diálogo con alumnos durante las clases:

“Vengo porque me obligan”

“Profe, me da igual si apruebo o no la materia”

“No quiero correr, no me gusta”

“Profe, si no jugamos al deporte que me gusta no participo”

- Por parte de diálogos entre colegas:

“Ya no sé qué deporte/juego dictar para los alumnos se muevan en clase o mínimamente se presenten”

“Los chicos de hoy en día no se motivan con nada”

“Envío trabajos prácticos escritos, pero aun así ni los entregan”

“A los alumnos si los desapruebo en el año no les importa, después vienen en diciembre”

Al presentarse esta situación, y no haber antecedentes en la institución de una investigación a la población de estudio de este tipo, se aplicará una encuesta llamado Instrumento de SMS – Escala de Motivación Deportiva (Sport Motivation Scale) de tipo cuantitativo para confirmar o no las opiniones dialogadas y de ser una confirmación lograr brindar una propuesta a la problemática ante la escasa participación en las clases de Educación física.

Estado del arte

Desde hace unas décadas el estudio de la motivación en Educación Física sobre los adolescentes que asisten a instituciones educativas despertó el interés entre los investigadores, A partir de ese momento, el término ha estado relacionado o en ocasiones utilizado como sinónimo de acción, motivo, salud, bienestar, diversión, entre otros.

Investigaciones Internacionales:

Título: Claves educativas para aumentar la motivación de los jóvenes físicamente inactivos.

Descripción: La presente investigación (Sanz, et al. 2011) se buscó indagar sobre los indicios de por qué los jóvenes estudiantes en el ámbito de Educación Secundaria se muestran inactivos al momento de realizar actividad física e incluso llegar al abandono de la misma, a su vez se mencionan autores que desarrollan los conceptos de la motivación como tal caso de Deci y Ryan (1985), el método que se utilizó fueron con procesos cuantitativo y cualitativo en donde primera parte se llevó se realizó un análisis de los datos obtenidos a través de un cuestionario y luego se realizó otro análisis de contenido de un grupo de discusión. Los resultados obtenidos manifiestan que como dificultad principal el escaso interés propio hacia la realización de la práctica física y deportiva, esto demuestra que por qué los jóvenes a tiempos futuros abandonan su práctica, a su vez, se menciona en conjunto con el escaso interés es que nunca han realizado actividades físicas en el tiempo libre por el rechazo hacia la misma actividad.

Título: Apoyo a la autonomía en Educación Física: antecedentes, diseño, metodología y análisis de la relación con la motivación en estudiantes adolescentes

Descripción: según el estudio (Baena-Extremera, et al. 2013) desarrollan la importancia que implica de parte del docente que emplee estrategias que induzcan a lograr la motivación de los estudiantes, enfocándose en el concepto de la autonomía, ya que lo indican como posible factor de lograr mayor participación de los adolescentes en el proceso de enseñanzas de aprendizaje en el área de Educación Física, con tal fin que logren adquirir las bases de conocimiento y a su vez logren su posterior continuidad durante su vida, en el estudio se mencionan autores reconocidos que desarrollan las teorías significativas de la autonomía de los sujetos tales como la Teoría de la Autodeterminación (Deci & Ryan, 1985; 2000) y la Teoría de Metas de Logro (Nicholls, 1984), además los autores reconocen que el docente debería fomentar climas de aprendizaje orientado a un tipo de motivación autónoma e intrínseca, ya que de esta forma no solo se lograría que los estudiantes estén más motivados, sino que también por parte del docente logra reconocer la propia capacidad de los adolescentes, tal así que si los estudiantes perciben un clima de aprendizaje de forma obligada no solo disminuye la participación en las clases, sino que se produce una reducción de su propia motivación, a su vez los autores realizan una búsqueda de qué factores y aspectos que podrían mejorar la autonomía de los estudiantes, en el cual se elabora un cuestionario compuesto por escalas de tipo cualitativa en donde se testea a través de diferentes instrumentos mencionados en el estudio de diversos autores, llegando al resultado que los datos aportados del estudio podrían mejorar y a su vez llevar a la discusión diversos trabajos existentes con el fin de aportar nuevas metodologías y estrategias de enseñanza en la labor docente.

Título: Evaluación de las Diferencias en la Motivación de Estudiantes de Educación Física en Secundaria, según las Estrategias del Profesor para Mantener la Disciplina

Descripción: En la siguiente investigación (Granero-Gallegos, et al. 2015) analizaron las diferentes motivaciones de los alumnos en función de las clases de Educación Física, según también las estrategias de disciplina que realizaba el profesor y a su vez analizaron las relaciones con el clima motivacional, autores en el estudio mencionan lo importante que es generar un clima motivacional para dar una buena clase, a su vez se menciona la teoría de las metas de logro (Nicholls, 1989) que se utiliza para reconocer el entorno percibido del alumno a través del clima motivacional y luego se menciona la teoría de la autodeterminación (Deci & Ryan, 1985, 2000; Ryan & Deci, 2000) que justifica que la motivación y la conducta del alumno puede estar de mayor o menor grado de forma intrínseca, extrínseca motivada o amotivada. Luego en el estudio se mencionan investigadores que a lo largo del tiempo desarrollaron estudios con diferentes estrategias dirigidas en la clase, a su vez se diferencia el efecto del género en las clases, demostrando resultados en donde que los varones son más preponderantes a responder hacia el lado del ego, manifestando una motivación extrínseca, demostrando indiferencia a las reglas y la disciplina, en cambio, las mujeres manifiestan una motivación intrínseca, demostrando preocupación y responsabilidad por la disciplina, luego se mencionan los instrumentos que se utilizaron para realizar el análisis, la obtención de datos fue a través de varios cuestionarios de forma cuantitativa en donde a su vez obtuvieron el permiso para realizar la investigación por parte de los centros y de los padres y adolescentes que participarían del estudio, se realizó un conteo de los datos obtenidos, en donde los resultados demuestran la importancia de la estrategia y del papel que realice el docente en clases de Educación Física, llegando a una conclusión que los mismos que quieran mejorar la disciplina en sus clases se debe ser enfocado a razones intrínsecas, promoviendo un clima motivacional al aprendizaje en las clases y a su vez fomentado las actividades hacia una dirección a la tarea.

Título: Consecuencias de la Motivación en las Clases de Educación Física

Descripción: Según el estudio realizado (Almagro, et al. 2015) se investigó a los alumnos de nivel secundario, en donde se midió la motivación de las clases, el rendimiento académico y la autoestima de ellos mismos, a su vez se desarrolla con mucho énfasis la teoría de la autodeterminación sumada a su explicación con los conceptos desarrollados del porqué los alumnos se pueden sentir intrínsecamente motivados, extrínsecamente motivados o desmotivados hacia una actividad, luego se hace mención en donde numerosos autores realizan su aporte sobre la importancia que requiere la Educación Física en lo que se refiere a su satisfacción de las necesidades psicológicas y como se logra la influencia en la motivación en las clases. En el estudio también se abordan las 3 consecuencias motivacionales; la intención de seguir siendo activo a tiempos futuros, el rendimiento académico y la autoestima, para lograr saber los datos se realizó un cuestionario de tipo cuantitativo que tenía una duración de 15 minutos, esta misma fue autorizada con su consentimiento correspondiente de parte del centro educativo y de los padres de los alumnos que de manera voluntaria quería participar del dicho estudio, los resultados obtenidos en relación con las formas de la teoría de la autodeterminación se llegó a obtener que los datos mostraban que la motivación intrínseca es de la suma importancia en las clases de Educación Física que en donde a su vez cumple una función

importante en el rendimiento académico, en la intención de que logren ser físicamente activos en el futuro y como también en el nivel de autoestima.

Título: Motivaciones hacia la práctica de actividad física-deportiva en estudiantes de La Araucanía.

Descripción: En la siguiente investigación (Vilugrón, et al 2019) se desarrolló a base de qué motivaciones poseen los estudiantes a momento de realizar actividades físicas, ya los autores mencionan que, en la adolescencia, por el uso excesivo de las nuevas tecnologías, el sedentarismo ha aumentado y la falta de actividades físicas por consecuencia ha disminuido, sumado a que podrían estar determinadas también por factores familiares (Lavielle, et al. 2014). Además, respecto al área de Educación Física se menciona algunos de los tantos beneficios de la actividad física escolar, como puede mencionarse, tales como el desarrollo del bien estar físico, psicológico, factores sociales y promoción de una vida saludable a futuro de la edad adulta, entre otros. A su vez, el estudio demuestra que la motivación de los adolescentes, dependiendo el factor género se manifiesta que los posibles y diversos motivos como tal caso de los varones, se deban a que realizan actividades físicas por motivos como la diversión y ocupación de tiempo libre para compartir tiempo con amistades, en cambio, las mujeres es a base de un posible motivo sobre el aspecto físico y estético, preferentemente los autores hacen mención de diversos estudios en donde uno de ellos realizado en Colombia (Varela, et al. 2011) se relacionan los motivos a la hora de realizar actividad física en que los adolescentes preferentemente las mujeres lo realizan a base de mejorar la figura estética. Para la obtención de datos se utilizó un cuestionario con un enfoque cuantitativo a su vez fue completado por 175 estudiantes tanto de género masculino como femenino con edades de 11 a 19 años, previo a la recolección de datos se obtuvo una autorización respecto del centro educativo y a su vez el consentimiento de los tutores de los alumnos, para la organización de los datos se menciona que se utilizó diferentes aplicaciones tecnológicas como uno de ellos se puede mencionar como Microsoft Excel 2013©, y los autores llegan a la conclusión que las razones en la etapa de la adolescencia podría estar enfocada a la propia autoconciencia que poseen los adolescentes, ya que factores como su propio manejo de habilidades, la motivación propia en desarrollar actividades y superar obstáculos, se relaciona con el desarrollo integral de los ellos mismos de forma intrínseca, además de la construcción de estrategias por profesionales del área que lo realicen con el fin de orientar actividades hacia una práctica físico deportiva.

Marco Teórico

1.1 Educación física

1.1.2 Definición

“Toda tarea y la ciencia establecida alrededor del hecho de educar con el empleo del movimiento, el cuerpo y las capacidades psicomotrices”. (Cagigal, 1981).

“Pedagogía de las conductas motrices”. (Parlebas, 1986).

Es la definición por la cual más se acerca al contexto escolar, ya que no solo establece que el área de la escolaridad, sino que también se preocupa por las situaciones conductuales motrices de los alumnos.

“Educación del ser humano que dialoga, se comunica, se compromete físicamente con el mundo, diálogo o comunicación motriz que hemos precisado, en una consideración ontológica, en la motricidad humana como superadora de cualquier concepción educativa parcelada. Una educación del hombre sistematizada a partir de la dialógica motriz”, (Cecchini, 1996).

“Mediante este nombre se conoce la disciplina normativa que, formando parte de las ciencias de la educación, se ocupa de llevar a cabo determinado proyecto educativo a través de contenidos (actividades y saberes) y estrategias metodológicas específicas, que tiene en la corporalidad su referente óptico”. (Lagardera, 1999).

Es la definición más próxima a que el área pertenece al diseño curricular en conjunto a otras áreas del ámbito educativo, y además establece a la corporeidad como la referencia de la propia percepción de uno mismo, esto es gracias a la cinestesia (según la RAE, definida como la percepción del equilibrio y de la posición de las partes del cuerpo), a su vez permite al ser humano establecer conexiones emocionales mediante el cuerpo.

Con el paso del tiempo la Educación Física fue definida de diferentes formas de acuerdo con diversos autores teniendo en cuenta un punto de vista tanto social como cultural, ya que la ciencia evoluciona de manera histórica y tiende a la transformación, no se la puede definir de una sola manera, ya que históricamente es transversal y de mucha importancia saber que la Educación Física es esencial para la vida.

1.1.3 Conceptos

La Educación Física posee diversos conceptos, ya que fueron presentados según en función de la cultura, época y de la sociedad, ya que las prácticas y finalidades fueron muy diversas

1.1.4 Prehistoria

En la época de la prehistoria el concepto de la educación física estaba orientado hacia la supervivencia del hombre, se realizaban ejercicios útiles e indispensables para la vida, no solo para los posibles enfrentamientos sino también para la cacería, en la cual cuando la necesidad vital estaba cubierta comenzaron a aparecer danzas rituales y culturales como modo de honrar a los dioses para agradecer que les daban la vida, en esta época se destaca el desarrollo de la fuerza, actividades físicas utilitarias en función para la vida y garantizar la supervivencia, y la danzas como actividades religiosas que daba lugar a la expresión corporal.

1.1.4 La importancia de realizar Educación Física en el ciclo superior en el contexto escolar.

Citado desde el diseño curricular de 6to año de ciclo superior, se propone la siguiente concepción en cuanto a su importancia de la práctica en el contexto escolar:

“La Educación Física contribuye a que los jóvenes profundicen su constitución corporal y motriz, afiancen su imagen corporal y su autoestima, consoliden su posición crítica respecto de imágenes externas y modelizadas del cuerpo y, en función de sus intereses personales, disfruten y se perfeccionen en alguna actividad motriz en particular. La experiencia de practicar actividades motrices determinadas y su mayor madurez emocional le posibilitan reforzar su sentido de cooperación, la disposición para construir acuerdos, la formación de hábitos de vida saludable que se reflejan en su proyecto de vida y su integración participativa y comprometida con la comunidad.”
(pág. 9)

La Educación Física beneficia en muchos aspectos en el ser humano, en el caso de la corporeidad, entendida como una dimensión significativa donde a través de la existencia y con el transcurso del tiempo se va construyendo el cuerpo y la motricidad como acción intencionada de la corporeidad, les asegura a los jóvenes lograr crear, transformar y concretar proyectos e insertarse como ciudadano activo. En este sentido, la socio motricidad permite una configuración de formas en las relaciones sociales en los jóvenes, ya que da lugar a la comunicación, participación y la cooperación en grupos. Se debe tener en cuenta la concepción del área que se proponga a fortalecer en los jóvenes la constitución subjetiva y social, ya que son relevantes para la constitución como ciudadano.

1.2 La Motivación

1.2.1 Definición

Según la Real Académica Española, se puede definir de la siguiente manera:

“Conjunto de factores internos o externos que determinan en parte las acciones de una persona.” (Real Academia Española, s.f., definición 3)

En este sentido, la motivación está caracterizado por un factor, que logra posteriormente en el sujeto una acción, ya sea de manera positiva o negativa.

1.2.2 Tipos de motivación.

En el momento en que un ser humano se siente motivado, no es directo a un valor proporcional que puede ser provocado, sino que es la importancia que le da el mismo que lo recibe y

La pérdida de motivación en adolescentes durante las clases de Educación Física

determina el nivel de motivación. A continuación, se mencionan los tipos de motivaciones y que hace manifestar al individuo ciertos actos motivacionales:

Motivación Extrínseca	Esta motivación hace referencia a los estímulos motivacionales vienen por fuera del individuo o exterior de la actividad, se caracteriza por recompensas externas como puede ser el reconocimiento por parte de un grupo social o recibir dinero, la recompensa está relacionada de manera indirecta, denominado como un subproducto. El sujeto puede trabajar muy duro por entregar una tarea, pero poseer poco interés por aquello en lo que realiza.
Motivación Intrínseca:	Esta motivación hace referencia en que la motivación viene del interior del individuo y no interviene un factor externo, está asociada a la autorrealización y el crecimiento personal, a su vez está relacionada con el placer, ya que la persona se va a sentir a gusto con la actividad que realiza. Este tipo de motivación está más vinculado a una buena productividad, ya que el sujeto no se limitará a cumplir con lo mínimo para cumplir y obtener una recompensa, sino que va a involucrarse con gran parte de su empeño en aquello que hace, se sentirá con mucho placer en aquello que desea realizar.
Motivación Positiva:	Esta motivación refiere al proceso en donde el individuo inicia o se mantiene adherido a una conducta por la obtención de una recompensa positiva, esta recompensa puede ser de manera externa o interna (placer de la actividad).
Motivación Negativa:	Esta motivación refiere al proceso en donde el individuo inicia o se mantiene en una conducta para evitar una consecuencia desagradable, esta consecuencia puede ser externa (en relación con un castigo) o interna (con relación a una sensación de fracaso).
Motivación Básica:	Esta motivación es la base estable, determina el nivel de compromiso de un deportista con su actividad, el interés del deportista este puesto en sus resultados positivos, rendimiento personal y las consecuencias positivas de ambos.
Motivación Cotidiana:	Esta motivación es en referencia al interés del deportista por la actividad diaria y la gratificación inmediata que esta produce.
Orientación Motivacional centrada en el ego	Esta motivación se refiere a que la motivación de los deportistas depende de retos y resultados en comparación con otros deportistas.
Orientación Motivacional centrada en la tarea:	Esta motivación depende de retos y resultados personales, e impresiones subjetivas, de dominio y progreso. Ambas orientaciones son ortogonales y no puestas, pueden existir deportistas de 4 formas; -Ambas orientaciones altas. -Ambas orientaciones bajas.

	-Con una orientación centrada en el ego alta, pero baja en la tarea. -Con una orientación por la tarea alta, pero una orientación centrada en el ego baja.
--	--

1.3 La Desmotivación

1.3.1 Definición

“Se definiría como una sensación, caracterizada por la carencia de esperanzas y el sentimiento de angustia a la hora de solventar problemas o superar un obstáculo, esto a su vez, produce insatisfacción y se evidencia con la disminución de la energía y la incapacidad para experimentar entusiasmo” (Julián Pérez Porto y María Merino, 2008)

La desmotivación en el alumnado se la podría describir como la falta de interés o implicancia en los procesos de enseñanza y aprendizaje que afectan tanto al individuo como también dificultando la labor del maestro, esto conlleva deteriorar el clima de convivencia en el aula originando un bajo rendimiento y apatía entre ellos. Los alumnos al no encontrar un objetivo o motivación en las actividades planteadas en el aula no disponen de la mínima tolerancia a cumplir las expectativas por lo que muchas veces derivarían en situaciones de rechazo y o poca predisposición por realizar las actividades y tareas, llevando a la falta de atención por parte del alumnado en aprender y disfrutar del aprendizaje.

1.3.2 Causas

Para Ospina (2006) existen cinco esenciales causas que ocasionan la desmotivación, entre ellas:

- Carenia de aspiraciones personales de superación: Las cuales sirven como criterios del esfuerzo que ocasiona la motivación para hacer que el individuo lleve a cabo la actividad, esas razones personales que se encuentran vinculados con: dejar un legado, llevar a cabo todas las facultades personales, pertenecer a un proyecto que haga la diferencia, en otras palabras, que al arriesgar al máximo el potencial, se podrá sentir que nace permanentemente la motivación intrínseca.
- Estar alrededor de personas negativas y críticas: El ambiente que está a nuestro alrededor, influye en el estado emocional de los individuos que en diversas situaciones, desafía la fuerza de voluntad para enfrentarse a los comentarios o críticas negativas que se transforman en una fuente de poco o carente incentivo lo que evita encontrarse motivado, por esta razón se tiene que evadir verse rodeado por personas negativas quienes convocan mensajes como: nunca podrás lograrlo, no tienes lo suficiente, eres mediocre, es muy complicado, por el contrario, se debe considerar la decisión de encontrar óptimas compañías

consideradas individuos positivos, optimistas en la vida y poder pasar más tiempo con estos.

- Falta de perseverancia: Gran parte de las personas, logran desinteresarse por obtener sus anhelos al momento en el que ven el camino, existen diversas complicaciones que desafían el alcance de lo que se emprendió, ya que no tienden a darse cuenta de que, para esto, es fundamental dedicarse y esforzarse. Por esto, se demuestra la poca o nula creencia que para el alcance de las meras no existe tanto esfuerzo, lo que usualmente no es así, la ley del esfuerzo mínimo no permitirá lograr los sueños grandes.
- Períodos excesivamente optimistas: Entre los motivos de la desmotivación, se vinculan cuando se determinan plazos para alcanzar el propósito, al momento en que el plazo haya transcurrido, así como el propósito no ha sido alcanzado, simplemente lleva él, desincentivó o desmotivación. La solución para este caso es simple, únicamente es necesario delimitar un lugar de tiempo, más metas y en la única sintonía con el nivel de la meta para evitar algún tipo de desilusión.
- Permitir que las situaciones tracen el camino de tu vida: Se dice que se cae en la desmotivación al momento en el que se deja nuestra vida o alcance de las metas, se enfoque a lo que ocurre eventualmente en nuestra vida, al momento en que esto pasa, es sencillo se parte del desánimo y pensar que no existe un control sobre la 25 vida propia, y las metas propias. Si se desea transformar la dinámica de tu vida, la siguiente fase inmediata con la que se debe iniciar es decidir de forma masiva a favor de tus metas más deseadas.

1.3.3 La pérdida de motivación en la adolescencia

La adolescencia es un periodo crítico para la práctica deportiva. El 40% de los adolescentes de entre 14-16 años manifiestan haber abandonado la práctica deportiva (Nuviala, Tamayo, Nuviala, Pereira y Carvalho, 2012) y el 47,9% de adolescentes se consideran inactivos o muy inactivos, siendo las chicas las que presentan menor nivel de actividad física y de gasto energético (Beltrán-Carrillo, Devís-Devís y Peiró-Velert, 2012). Ellas realizan menos actividad física que los chicos y, además, la disminución del nivel de actividad física con la edad es más marcada y temprana (Ramos, Jiménez-Iglesias, Rivera y Moreno, 2016) (Viñado & Mor, 2020.P 190).

La regulación identificada denota que el estudiante entiende la importancia de la Educación Física, sus beneficios y estas razones le motiva a ejecutar la

práctica. Motivación extrínseca introyectada se refiere cuando el alumno realiza actividades por culpabilidad, la regulación externa, se plantea cuando el estudiante se desempeña por obligación (Granero et al., 2014) y, por último, la desmotivación indica la escasa intencionalidad para realizar actividades físicas (Moreno et al. 2011) (Bustamante & León, 2021. P 509).

Una de las causas por lo que los estudiantes abandonan las actividades físicas se debe a la falta de motivación, que conlleva generar malos hábitos o actitudes perjudiciales, por lo que su motivación y actividad voluntaria se reduce, esto a su vez, llevaría al docente a buscar una motivación extrínseca, mientras que los adolescentes que participan de forma activa su motivación incrementan de manera intrínseca (Bustamante & León, 2021.P 509-510).

La desmotivación mayormente comprendida como un sentimiento de desesperanza ante adversidades o también como un estado de angustia y pérdida de entusiasmo, predisposición o energía, puede observarse como una consecuencia normal en las personas cuando se sienten bloqueados ante sus anhelos por múltiples causas, de las cuales tiene consecuencias que pueden prevenirse

El Dr. Renny Yagosessky describe que la desmotivación es un estado interior limitante y complejo, determinado por la presencia de pensamientos limitantes y sensaciones de desaliento, originado por consecuencias de la generalización de experiencias negativas, sean propias o ajenas, en la que se convierte en una incapacidad de poder imaginar o proyectarse a sí mismo generando los resultados que tanto se desean.

Desde su punto de vista, la desmotivación puede resultar claramente nociva si se convierte en una tendencia recurrente o estable en la vida de una persona, pues tiende a afectar la salud, a limitar la capacidad de vinculación y a desfavorecer la productividad por cuanto afecta la confianza en uno mismo, el flujo de la creatividad, la capacidad de tomar riesgos y la fuerza de voluntad.

Desde este punto de vista, la desmotivación consigue resulta claramente dañoso si se transforma en una tendencia recurrente o firme en la vida de una persona, incluso puede afectar a la salud, a su vez limitar la capacidad de vinculación y perjudicarse la productividad por cuanto afecta la confianza en uno mismo, la creatividad, la capacidad de tomar riesgos y la fuerza de voluntad.

La adolescencia es una etapa difícil para algunas cosas, entre ellas muchos chicos y chicas de esa edad sufren de desmotivación. Padres y maestros observan que, tras el comienzo de la pubertad, algunos adolescentes pierden el interés por sus estudios. En otros casos, chicos o chicas que habían practicado deportes, los abandonan y otros se apartan de hobbies y aficiones que hasta entonces les daban muchas satisfacciones.

Aun así, la adolescencia es una etapa difícil, entre ellas muchos chicos y chicas que la atraviesan sufren y padecen de la desmotivación. Los maestros, pero sobre todo los padres observan tras el comienzo de la pubertad que unos pocos adolescentes pierden el interés por los estudios, en tal caso con el aspecto deportivo en donde chicos y chicas habían practicado alguna vez algún deporte en particular, en el presente tienen la tendencia de abandonar o sé apartarse hacia otros hobbies no teniendo relación con el mundo deportivo.

Marco de Referencia

Actualmente, el Instituto San Pablo de Wilde, escuela privada de 45 años de trayectoria, cuenta con los niveles educativos de nivel inicial, primaria, secundaria y terciario.

Es una institución que cuenta con una propuesta sólida e innovadora que promueve la formación integral de los alumnos y su integración en la vida social (Instituto San Pablo, (s. f.), séptimo).

La modalidad de cursada es de turno mañana y turno tarde de 7:40 a 13:00 horas y de 12:00 a 17:30 horas siendo que Educación Física Curricular y Extracurricular en turno y contra turno (Instituto San Pablo, (s. f.), párrafo trigésimo), a su vez teniendo presente un total de 18 cursos concurren una cantidad de 522 alumnos aproximadamente.

La orientación del Instituto San Pablo por su historia, el perfil de sus egresados, los intereses vocacionales de los alumnos y como respuesta a las demandas de la comunidad circundante ofrece las orientaciones de Ciencias Sociales y Economía y Administración (Instituto San Pablo, (s. f.), párrafo vigésimo sexto).

El alumno que ingresa a la escuela no es un alumno aislado, sino una familia en su conjunto, el Instituto San Pablo es una comunidad en la cual propone una acción integradora donde los alumnos cumplen sus etapas formativas en la escuela y también con sus familias, además la escuela será abierta y participativa, se reconocen los siguientes derechos:

- Ser reconocidos como agente natural y primario de la educación.
- Ser informados en forma periódica del proceso educativo de sus hijos.
- Solicitar entrevista con las autoridades o docentes para tratar cuestiones referidas al desarrollo del proceso de enseñanza y aprendizaje de sus hijos/as
- Tener conocimiento y participar de la formulación de las pautas y normas que rigen la organización de la convivencia escolar.

Descripción sociodemográfica

El radio de influencia abarca la zona comprendida entre las calles Mitre, Camino General Belgrano, Lynch cuenta con servicios públicos: luz eléctrica, gas natural, agua potable, alumbrado público, calles pavimentadas y servicios pluviales. En los últimos años, la zona ha crecido notablemente en cuanto a la densidad de la población y al desarrollo de actividades productivas y de servicio.

Es un compacto de viviendas de una sola planta, son casas de mampostería, con habitaciones suficientes para albergar familias, tipo que conservan la arquitectura tradicional en su estructura, encuadran las viviendas familiares dos importantes avenidas: Onsari que concentra la zona comercial y Crisólogo Larralde que se constituye como la principal vía de circulación vehicular y de transporte público debido a que es el paso obligado para acceder a otros distritos y localidad, cuenta con diversas líneas de colectivos permiten el arribo a la escuela: 293, 295, 85,178 lo que posibilita la inserción de alumnos de otras localidades.

En cuanto a la estructura de edades se trata de una población progresiva y joven, económicamente activa, se perfila como gran potencial para el desarrollo laboral de la zona posibilitando la adecuación a la demanda de trabajo, la procedencia de la matrícula del Instituto San Pablo es, en su mayoría, de la comunidad circundante y de distritos vecinos en la cual integran familias tipo con hijos en edad escolar o realizando estudios terciarios o universitarios, los alumnos pertenecen, en su mayoría a la comunidad barrial y transitan todos los niveles de escolaridad en esta Institución.

Operativización Del Trabajo

Puesta en marcha del trabajo. Instrumento de recolección de datos

Para la puesta en marcha, se solicitó una reunión con los directivos de la escuela para poder explicar de que trataba el proyecto de investigación, a su vez se solicitó cordialmente el permiso para llevar a cabo la encuesta el Instrumento de SMS – Escala de Motivación Deportiva (Sport Motivation Scale), que esta misma debía ser autorizada por representación legal, por lo cual se le presentó la encuesta en formato papel señalando todos los puntos que los alumnos deben completar y que la misma debía ser completada de forma anónima, ante esto los representantes vieron viable y aceptaron llevar a cabo la encuesta hacia los alumnos.

La institución envió un comunicado a los adultos responsables en donde se les notifica que los alumnos iban a participar de la encuesta para ser parte del proyecto de investigación completando el instrumento SMS.

A continuación, se plasma el cuestionario en blanco utilizado para la investigación:

Instrumento de SMS – Escala de Motivación Deportiva (Sport Motivation Scale)

Nombre: _____

Edad: _____

Género: Masculino ____ Femenino ____

Curso: 1ro BGU ____ 2do BGU ____ 3ro BGU ____

La pérdida de motivación en adolescentes durante las clases de Educación Física

Marque con una sola “X” la respuesta que considera más adecuada a su situación respecto a las clases de Educación Física.

¿Por qué participo en las clases de Educación Física?

1. Por el placer de vivir experiencias estimulantes.

1	Totalmente en desacuerdo	
2	En desacuerdo	
3	Medianamente en desacuerdo	
4	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	

5	Medianamente en de acuerdo	
6	De Acuerdo	
7	Totalmente de acuerdo	

2. Por el placer de saber más sobre las actividades que practico.

1	Totalmente en desacuerdo	
2	En desacuerdo	
3	Medianamente en desacuerdo	
4	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	

5	Medianamente en de acuerdo	
6	De Acuerdo	
7	Totalmente de acuerdo	

3. Antes participaba y me esforzaba en las clases, pero ahora me pregunto si debo continuar haciéndolo.

1	Totalmente en desacuerdo	
2	En desacuerdo	
3	Medianamente en desacuerdo	
4	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	

5	Medianamente en de acuerdo	
6	De Acuerdo	
7	Totalmente de acuerdo	

4. Por el placer de descubrir nuevas actividades físico-deportivas.

1	Totalmente en desacuerdo	
2	En desacuerdo	
3	Medianamente en desacuerdo	
4	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	

5	Medianamente en de acuerdo	
6	De Acuerdo	
7	Totalmente de acuerdo	

5. Tengo la impresión de que no soy capaz de tener éxito en las actividades físico- deportivas que realizo.

1	Totalmente en desacuerdo	
2	En desacuerdo	
3	Medianamente en desacuerdo	
4	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	

5	Medianamente en de acuerdo	
6	De Acuerdo	
7	Totalmente de acuerdo	

6. Porque me permite estar bien considerado/a entre la gente que conozco.

1	Totalmente en desacuerdo	
2	En desacuerdo	
3	Medianamente en desacuerdo	
4	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	

5	Medianamente en de acuerdo	
6	De Acuerdo	
7	Totalmente de acuerdo	

7. Porque, en mi opinión, es una de las mejores formas de relacionarme.

1	Totalmente en desacuerdo	
2	En desacuerdo	
3	Medianamente en desacuerdo	
4	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	

5	Medianamente en de acuerdo	
6	De Acuerdo	
7	Totalmente de acuerdo	

8. Porque me siento muy satisfecho/a cuando consigo realizar adecuadamente las actividades físico-deportivas más difíciles.

1	Totalmente en desacuerdo	
2	En desacuerdo	
3	Medianamente en desacuerdo	
4	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	

5	Medianamente en de acuerdo	
6	De Acuerdo	
7	Totalmente de acuerdo	

9. Porque es una manera de estar en forma.

1	Totalmente en desacuerdo	
2	En desacuerdo	
3	Medianamente en desacuerdo	
4	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	

5	Medianamente en de acuerdo	
6	De Acuerdo	
7	Totalmente de acuerdo	

10. Por el prestigio de ser bueno/a en las actividades de clase.

1	Totalmente en desacuerdo	
2	En desacuerdo	
3	Medianamente en desacuerdo	
4	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	

5	Medianamente en de acuerdo	
6	De Acuerdo	
7	Totalmente de acuerdo	

11. Porque es una de las mejores formas de desarrollar otros aspectos de mí mismo/a.

La pérdida de motivación en adolescentes durante las clases de Educación Física

1	Totalmente en desacuerdo	
2	En desacuerdo	
3	Medianamente en desacuerdo	
4	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	

5	Medianamente en de acuerdo	
6	De Acuerdo	
7	Totalmente de acuerdo	

12. Por el placer que siento cuando mejoro alguno de mis puntos débiles.

1	Totalmente en desacuerdo	
2	En desacuerdo	
3	Medianamente en desacuerdo	
4	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	

5	Medianamente en de acuerdo	
6	De Acuerdo	
7	Totalmente de acuerdo	

13. Por la sensación que tengo cuando estoy concentrado/a realmente en la actividad.

1	Totalmente en desacuerdo	
2	En desacuerdo	
3	Medianamente en desacuerdo	
4	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	

5	Medianamente en de acuerdo	
6	De Acuerdo	
7	Totalmente de acuerdo	

14. Porque debo practicar actividad físico-deportiva para sentirme bien conmigo mismo/a.

1	Totalmente en desacuerdo	
2	En desacuerdo	
3	Medianamente en desacuerdo	
4	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	

5	Medianamente en de acuerdo	
6	De Acuerdo	
7	Totalmente de acuerdo	

15. Por la satisfacción que experimento cuando estoy perfeccionando mis habilidades.

1	Totalmente en desacuerdo	
2	En desacuerdo	
3	Medianamente en desacuerdo	
4	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	

5	Medianamente en de acuerdo	
6	De Acuerdo	
7	Totalmente de acuerdo	

16. Porque las personas de mi alrededor piensan que es importante estar en forma.

1	Totalmente en desacuerdo	
2	En desacuerdo	
3	Medianamente en desacuerdo	
4	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	

5	Medianamente en de acuerdo	
6	De Acuerdo	
7	Totalmente de acuerdo	

17. Porque es una buena forma de aprender cosas que me pueden ser útiles en otros aspectos de mi vida.

1	Totalmente en desacuerdo	
2	En desacuerdo	
3	Medianamente en desacuerdo	
4	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	

5	Medianamente en de acuerdo	
6	De Acuerdo	
7	Totalmente de acuerdo	

18. Por las intensas emociones que experimento cuando practico una actividad físico- deportiva que me gusta.

1	Totalmente en desacuerdo	
2	En desacuerdo	
3	Medianamente en desacuerdo	
4	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	

5	Medianamente en de acuerdo	
6	De Acuerdo	
7	Totalmente de acuerdo	

19. Realmente no me siento capacitado/a para la práctica físico-deportiva.

1	Totalmente en desacuerdo	
2	En desacuerdo	
3	Medianamente en desacuerdo	
4	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	

5	Medianamente en de acuerdo	
6	De Acuerdo	
7	Totalmente de acuerdo	

20. Por el placer que siento mientras realizo ciertos movimientos difíciles.

1	Totalmente en desacuerdo	
2	En desacuerdo	
3	Medianamente en desacuerdo	
4	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	

5	Medianamente en de acuerdo	
6	De Acuerdo	
7	Totalmente de acuerdo	

21. Porque me sentiría mal si no participara en la clase.

1	Totalmente en desacuerdo	
2	En desacuerdo	
3	Medianamente en desacuerdo	
4	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	

5	Medianamente en de acuerdo	
6	De Acuerdo	
7	Totalmente de acuerdo	

22. Para mostrar a los demás lo bueno/a que soy cuando hago las actividades.

La pérdida de motivación en adolescentes durante las clases de Educación Física

1	Totalmente en desacuerdo	
2	En desacuerdo	
3	Medianamente en desacuerdo	
4	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	

5	Medianamente en de acuerdo	
6	De Acuerdo	
7	Totalmente de acuerdo	

23. Por el placer que siento cuando aprendo a realizar actividades que nunca había hecho anteriormente.

1	Totalmente en desacuerdo	
2	En desacuerdo	
3	Medianamente en desacuerdo	
4	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	

5	Medianamente en de acuerdo	
6	De Acuerdo	
7	Totalmente de acuerdo	

24. Porque es una de las mejores formas de mantener buenas relaciones con mis amigos/as.

1	Totalmente en desacuerdo	
2	En desacuerdo	
3	Medianamente en desacuerdo	
4	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	

5	Medianamente en de acuerdo	
6	De Acuerdo	
7	Totalmente de acuerdo	

25. Porque me gusta el sentimiento de estar totalmente metido/a en la actividad.

1	Totalmente en desacuerdo	
2	En desacuerdo	
3	Medianamente en desacuerdo	
4	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	

5	Medianamente en de acuerdo	
6	De Acuerdo	
7	Totalmente de acuerdo	

26. Porque debo adquirir hábitos de práctica físico-deportiva.

1	Totalmente en desacuerdo	
2	En desacuerdo	
3	Medianamente en desacuerdo	
4	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	

5	Medianamente en de acuerdo	
6	De Acuerdo	
7	Totalmente de acuerdo	

27. Por el placer de descubrir nuevas estrategias de ejecución.

1	Totalmente en desacuerdo	
2	En desacuerdo	
3	Medianamente en desacuerdo	
4	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	

5	Medianamente en de acuerdo	
6	De Acuerdo	
7	Totalmente de acuerdo	

28. A menudo me digo a mí mismo/a que no puedo alcanzar las metas que me establezco.

1	Totalmente en desacuerdo	
2	En desacuerdo	
3	Medianamente en desacuerdo	
4	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	

5	Medianamente en de acuerdo	
6	De Acuerdo	
7	Totalmente de acuerdo	

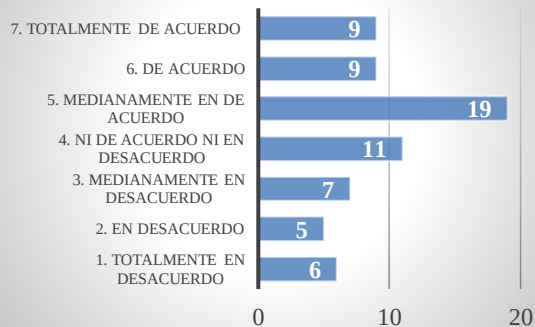
¡GRACIAS POR SU COLABORACIÓN!

Análisis de los datos obtenidos

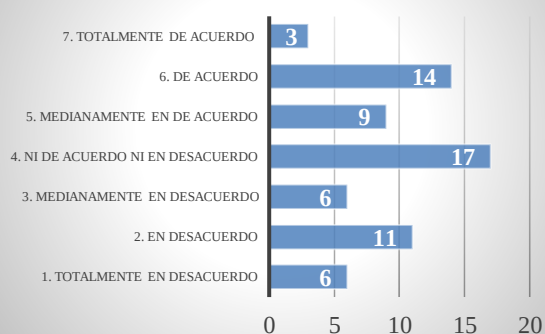
La muestra de estudio estuvo conformada por 66 alumnos de 6to año de secundaria en la escuela Instituto San Pablo turno matutino de la localidad de Wilde, se utilizó Forms Office para facilitar el conteo de los puntos seleccionados para luego una vez volcado todo en la plataforma pasar los datos a un Excel con el fin de extraer los gráficos, a continuación, los resultados de la encuesta fue la siguiente:

La pérdida de motivación en adolescentes durante las clases de Educación Física

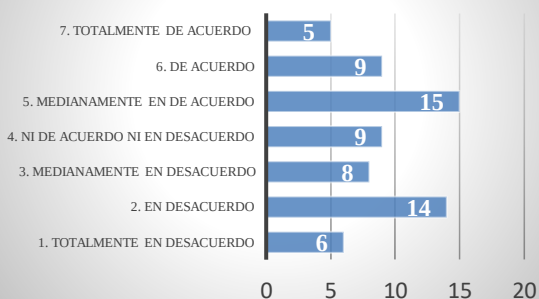
1. Por el placer de vivir experiencias estimulantes.



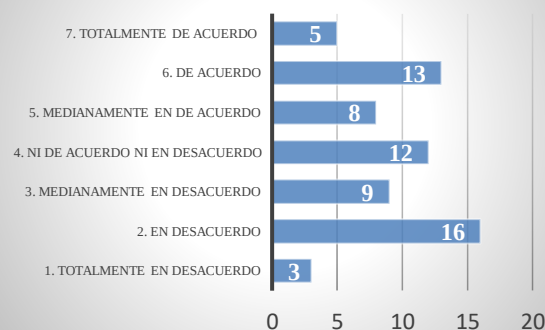
2. Por el placer de saber más sobre las actividades que practico.



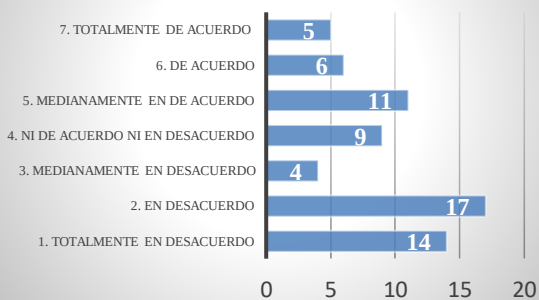
3. Antes participaba y me esforzaba en las clases, pero ahora me pregunto si debo continuar haciéndolo.



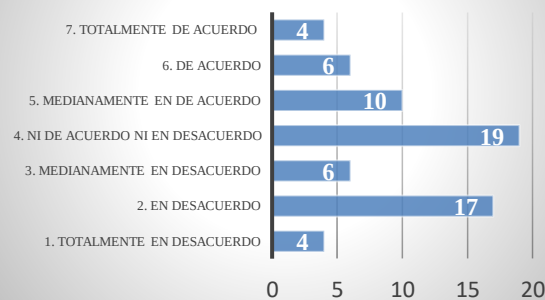
4. Por el placer de descubrir nuevas actividades físico-deportivas.



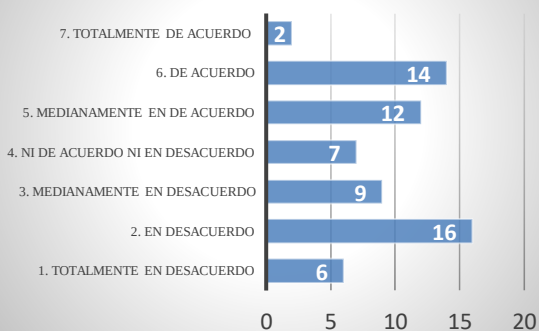
5. Tengo la impresión de que no soy capaz de tener éxito en las actividades físicodeportivas que realizo.



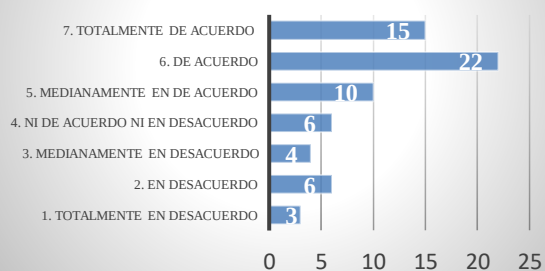
6. Porque me permite estar bien considerado/a entre la gente que conozco.



7. Porque, en mi opinión, es una de las mejores formas de relacionarme.

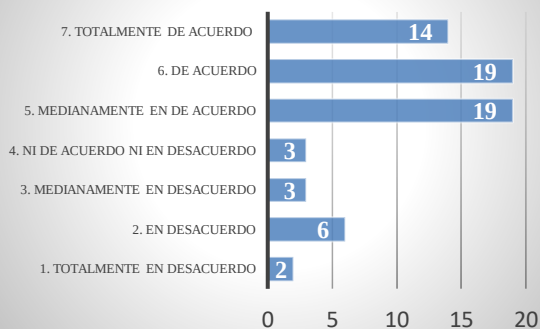


8. Porque me siento muy satisfecho/a cuando consigo realizar adecuadamente las actividades físico-deportivas más difíciles.

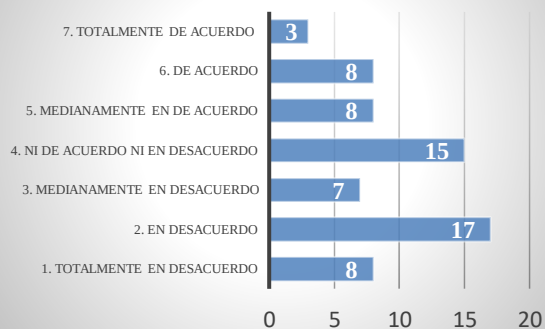


La pérdida de motivación en adolescentes durante las clases de Educación Física

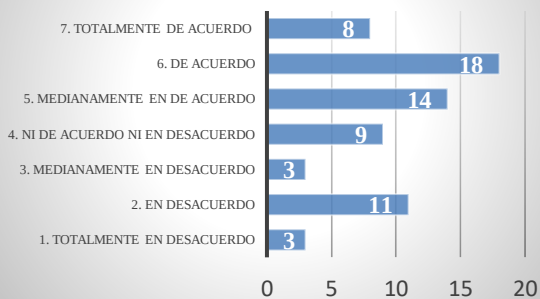
9. Porque es una manera de estar en forma.



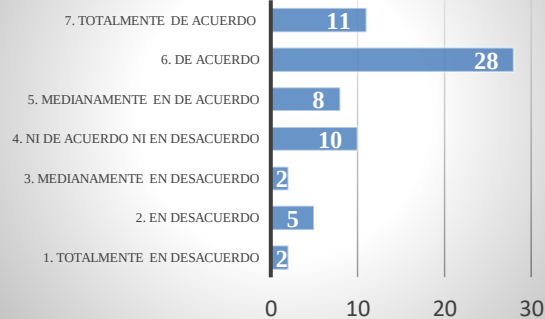
10. Por el prestigio de ser bueno/a en las actividades de clase.



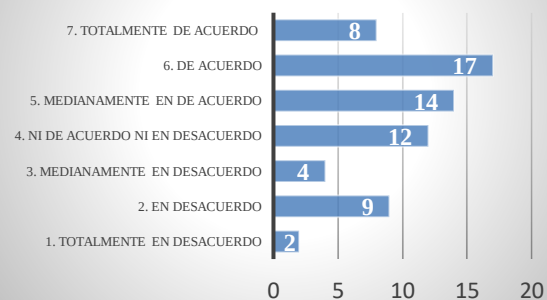
11. Porque es una de las mejores formas de desarrollar otros aspectos de mí mismo/a.



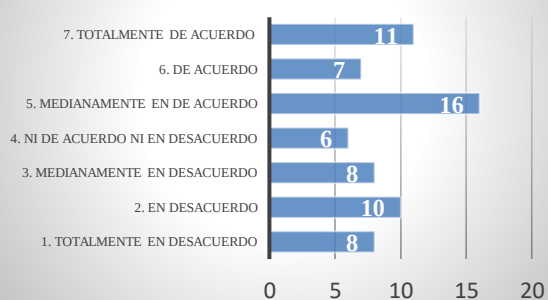
12. Por el placer que siento cuando mejoro alguno de mis puntos débiles.



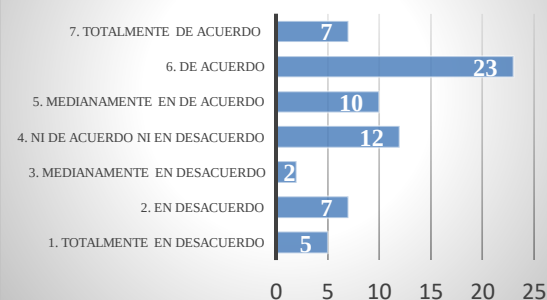
13. Por la sensación que tengo cuando estoy concentrado/a realmente en la actividad.



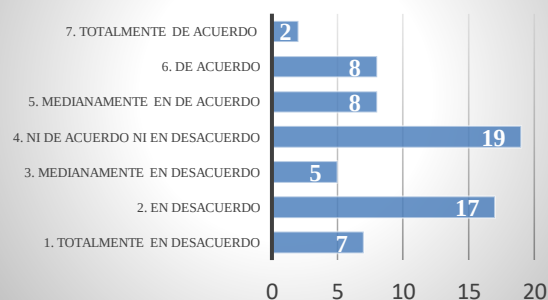
14. Porque debo practicar actividad físico-deportiva para sentirme bien conmigo mismo/a.



15. Por la satisfacción que experimento cuando estoy perfeccionando mis habilidades.

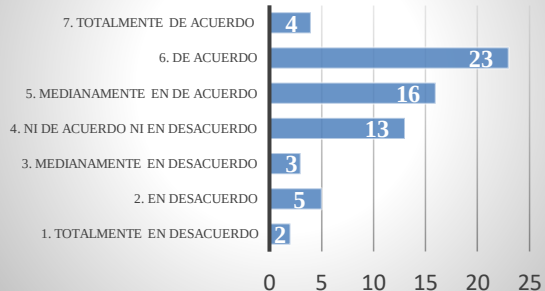


16. Porque las personas de mi alrededor piensan que es importante estar en forma.

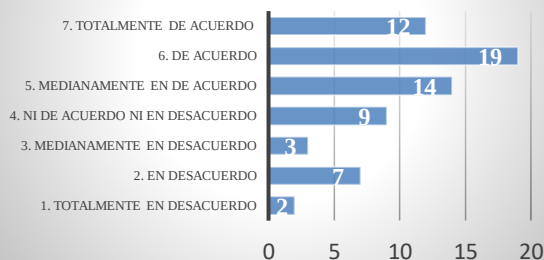


La pérdida de motivación en adolescentes durante las clases de Educación Física

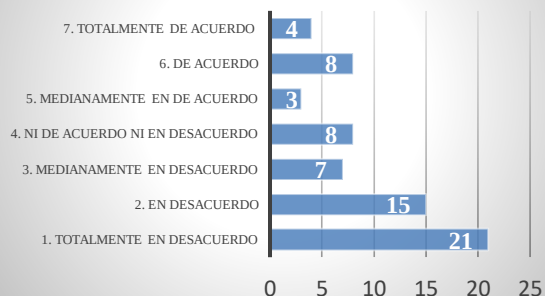
17. Porque es una buena forma de aprender cosas que me pueden ser útiles en otros aspectos de mi vida.



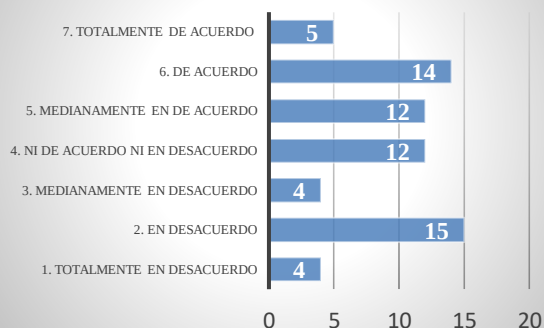
18. Por las intensas emociones que experimento cuando practico una actividad físicodeportiva que me gusta.



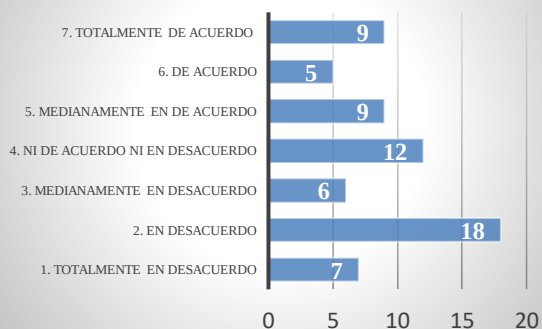
19. Realmente no me siento capacitado/a para la práctica físico-deportiva.



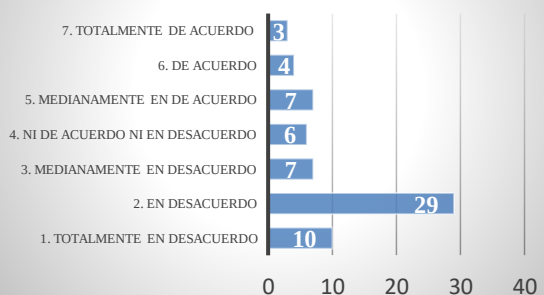
20. Por el placer que siento mientras realizo ciertos movimientos difíciles.



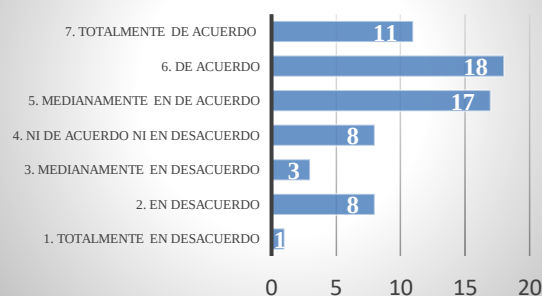
21. Porque me sentiría mal si no participara en la clase.



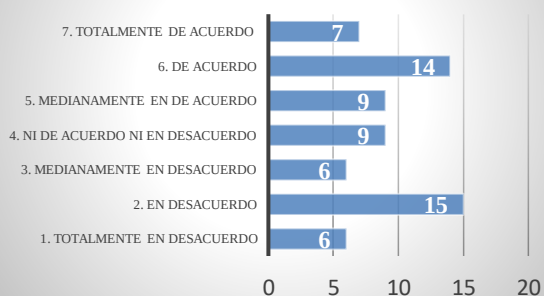
22. Para mostrar a los demás lo bueno/a que soy cuando hago las actividades.



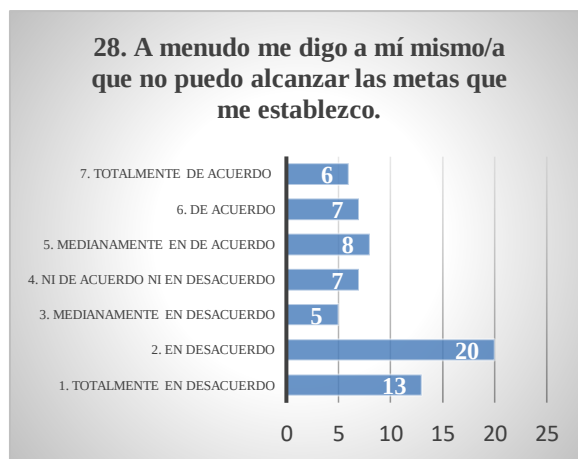
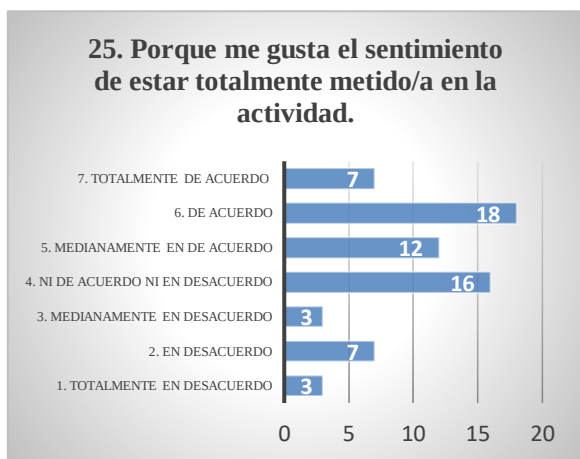
23. Por el placer que siento cuando aprendo a realizar actividades que nunca había hecho anteriormente.



24. Porque es una de las mejores formas de mantener buenas relaciones con mis amigos/as.



La pérdida de motivación en adolescentes durante las clases de Educación Física



Con relación al placer que genera las clases de educación física, el grupo de estudio solo se muestra positivo si se trata de vivir experiencias en donde se generen un estímulo, sin embargo, hay un desacuerdo en cuanto, ya sea por descubrir o saber más sobre las actividades que se realizan.

Se logra observar un desacuerdo en cuanto a tener la propia impresión de no ser exitoso con la práctica físico-deportiva, o incluso considerar que la participación esté relacionada con estar en como mejor considerado entre compañeros. No obstante, en las formas de relación se considera positivo, por una parte, aunque mayor es por el un desacuerdo, en cuanto a la práctica se observa un acuerdo que al realizar actividades deportivas que presenten dificultad generan una gran satisfacción realizarla adecuadamente.

Según la propia percepción del grupo de estudio no se busca un prestigio por ser bueno en las actividades durante la clase, si se manifiesta un acuerdo en cuanto a que la educación física es una forma de crecer sobre los puntos débiles, como otros aspectos y sobre todo es una manera de desarrollar el estado físico.

Cuando se genera una actividad orientada al perfeccionamiento de las habilidades personales se logra una mayor concentración en la realización de esta, a su vez los alumnos se muestran satisfechos consigo mismo con la actividad, no obstante, hay una división de opiniones

orientada hacia un desacuerdo en cuanto si el pensamiento ajeno le resulta importante estar en buen estado físico.

El grupo de estudio demuestra estar de acuerdo en que el aprendizaje de la educación física logra el desarrollo de aspectos útiles para la vida, a su vez generar un placer de practicar una actividad más si es coinciden con el gusto personal, sin embargo, se presenta un desacuerdo total en cuanto no sentirte capacitado para la realización de las actividades, dando por entender lo contrario en que su mayoría se sienten capaz de realizar las clases de educación física.

Se presenta un desacuerdo en cuanto sentir una sensación de mal estar por la no participación durante las clases de Educación Física, también se observa en un gran desacuerdo que la gran mayoría no realiza la actividad con el fin querer manifestar sus buenas habilidades físicas deportivas para el grupo de sus compañeros, no obstante se presenta una opinión intermedia en cuanto a que la práctica de la clase logra mantener buenas relaciones sociales entre sí, asimismo hay un acuerdo mayoritario en que se logra un gran placer en aprender actividades nunca practicadas ni vistas en el pasado por los mismos.

Según lo reflejado hay un acuerdo en cuanto a un sentimiento positivo al estar a gusto e inmerso en la actividad y a su vez en que la práctica de la Educación Física se debe adquirir nuevos hábitos físicos deportivos, luego se presenta una discrepancia de acuerdos en que la práctica sea por descubrir nuevas estrategias de ejecución, posteriormente el grupo de estudio está en desacuerdo con la respuesta en que no logran alcanzar las metas que se establecen de forma personal, dando por entender en que las metas que se establecen a sí mismos pueden llegar a alcanzarlas.

Conclusiones

Se logró identificar que en la práctica de la clase de Educación Física los alumnos están de acuerdo que las actividades presentan tantos beneficios para la salud y el bien estar, se sienten motivados cuando se realizan actividades con el fin de desarrollar puntos débiles, actividades orientadas en la perfección de habilidades, actividades con cierta dificultad, cuando se presentan actividades que sean útiles para los aspectos de la vida o por el placer de realizar actividades nunca practicadas en el pasado.

Luego no están en acuerdo y ni en desacuerdo en cuanto a saber más sobre la actividad de la práctica o por descubrir nuevas estrategias de ejecución.

Posteriormente, presentan un desacuerdo en cuanto a respuestas que se orientan en que la práctica ayuda en a la relación social con los compañeros, tampoco se busca cierto prestigio alguno en ser bueno en la materia y no sentirse capacitados para la práctica deportiva.

Lo anterior permite comprobar la hipótesis planteada, ya que existe una insuficiencia de la motivación de los alumnos ante la práctica en Educación Física, ya que se muestran factores que desfavorecen a sus intereses, a la poca participación y a la carencia de asistencias.

En este sentido, luego del estudio realizado se propone la siguiente propuesta de intervención para mejorar el problema de investigación:

Se sugiere a la institución que se puede tener como opción promover actividades orientadas hacia los deportes alternativos. Si bien el mundo de los deportes alternativos es muy amplio, en la propuesta (véase anexo 1) se observa los beneficios que se destacan en la práctica mediante un trabajo de investigación realizado en la Universidad Complutense de Madrid (España), a lo que también acompañan el reglamento y modo de jugar de los mismos. Estas prácticas deportivas están orientadas hacia la innovación educativa, ya que se apoyan hacia el desarrollo de la motivación de los alumnos, al trabajo cooperativo en donde pueden interactuar con sus pares de manera sana y a su vez logran adquirir destrezas y habilidades sociales entre sí, a su vez mediante la práctica se puede brindar logros personalizados durante las clases de tal forma que logren ser más perseverantes en cuanto a ser destacados en alguna actividad deportiva, por consiguiente el objetivo fin es conseguir el mayor de los compromisos de los estudiantes y elevar la motivación hacia la materia.

Referencias Bibliográficas

- Ángel Freddy Rodríguez-Torres, A. C.-T.-A. (2020). El sedentarismo y beneficios de la actividad física en los adolescentes. *Revista Científico-Académica Multidisciplinaria*. Polo del Conocimiento, Manta, Ecuador.
- Antonio Granero-Gallegos, M. G.-L.-E.-A.-Q. (2015). Evaluación de las Diferencias en la Motivación de Estudiantes Educación Física en Secundaria, según las Estrategias del Profesor para Mantener la Disciplina. (*Investigación Científica*). Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, Brasil.
- Baena-Extremera, A., Granero-Gallegos, A., Sánchez-Fuentes, J. A., & Martínez-Molina, M. (2013). Apoyo a la autonomía en Educación Física: antecedentes, diseño, metodología y análisis de la relación con la motivación en estudiantes adolescentes. *Revista Científica*. Federación Española de Docentes de Educación Física, Murcia, España.
- Bartolomé J. Almagro, I. N.-L. (2015). Consecuencias de la motivación en las clases de Educación Física. *Revista Digital*. Universidad de Sevilla, Sevilla, España.
- Bustamante, D. E., & León, D. A. (15 de mayo de 2021). Niveles de actividad física y Motivación a la práctica deportiva en estudiantes de. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria KOINONIA*, págs. 504-524.
- Carlos, C. P. (2022). LA MOTIVACIÓN EN LA PRÁCTICA DE LA ACTIVIDAD. (*Tesis de Licenciatura*). UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO, Ambato, Ecuador.
- Cera Castillo, E., Almagro, B. J., Conde García, C., & Sáenz-López Buñuel. (2015). Inteligencia emocional y motivación en educación física en secundaria. (*tesis de Licenciatura*). Universidad de Murcia, Murcia, España.
- Claudia Bracchi, Marina Paulozzo. (2011). Diseño Curricular para la Educación Secundaria 6° año: Educación Física. La Plata, Buenos Aries, Argentina.

Como hacer un equipo de Quidditch. (s.f.). Obtenido de <https://mugglequidditchspa.wordpress.com/reglas/2-el-juego/>

Daniel Vicent Domínguez-Hernández, J. G.-M.-G.-C. (2021). Análisis del grado de motivación en el área de Educación Física relación con la teoría de la autodeterminación en período post COVID-19. *Revista. Universidad de Flores (UFLO)*, Buenos Aires, Argentina.

Deportes Alternativos. (s.f.). Obtenido de <https://deportesmasalternativos.blogspot.com/>

elksport. (s.f.). Obtenido de <https://elksport.com/blog/flag-football-reglas-y-detalles?srsId=AfmBOooKtkKIf79CSfElmu3rIQIVeueADuAAwnYsWy30Ijw1np-kB5DK>

Ferri, A. L. (s.f.). Falta de interés y motivación del adolescente para las clases de Educación Física.

Fuentes Vilugrón, G., & Lagos Hernández, R. I. (2019). Motivaciones hacia la práctica de actividad física-deportiva en estudiantes de La Araucanía. *Revista Ciencias de la Actividad Física*. Universidad Católica del Maule, Ciudad de Talca, Chile.

Garcia-Allen, J. (s.f.). Tipos de Motivación: las 8 fuentes motivacionales.

González, N. E. (septiembre de 2017). La motivación y desmotivación en las aulas de primaria. *Trabajo de fin de grado*.

Hernández, R. S. (2014). Definiciones de los enfoques cuantitativos y cualitativo, sus similitudes y diferencias. México: McGraw Hill Education.

Instituto San Pablo. ((s. f.)). Obtenido de <https://www.institutosanpablo.edu.ar/>

Juliana Beatriz Stover, F. E. (2017). Teoría de la Autodeterminación: una revisión teórica. *Artículo publicado*. Universidad Nacional de Mar del Plata. Facultad de Psicología, Mar Del Plata, Argentina.

LA EDUCACIÓN FÍSICA SEGÚN TRISTAN. (s.f.). Obtenido de <https://eftristan.blogspot.com/2019/04/bienvenidos-al-quidditch-muggle.html>

Meléndez, Q. G. (2019). La desmotivación escolar. Tumbes, Perú.

Mundo Entrenamiento. (s.f.). Obtenido de <https://mundoentrenamiento.com/datchball-en-educacion-fisica/>

Navarro, M. J. (2020). La motivación en clase de Educación Física: una programación apoyada en el Aprendizaje Basado en Proyectos. *Trabajo de fin de grado*. Universidad de Granada, Granada, España.

Oposiciones, A. (s.f.). *CONCEPTO DE EDUCACIÓN FÍSICA: EVOLUCIÓN Y DESARROLLO DE LOS DISTINTOS CONCEPTOS*. Obtenido de www.oposicionesatp.com

- Pablo Caldevilla Calderón, J. A. (2022). Los deportes alternativos como contenidos para la Educación Física en Educación Secundaria. 1004-1014. España: Universidad Complutense de Madrid.
- Sanz, E., Valdemoros, M. Á., Ramos, R., & Ponce de León, A. (2011). Claves educativas para aumentar la motivación de los jóvenes. (Tesis). Universidad de La Rioja, Almería, España.
- Tamara, V. G. (2022). Enfoque Cuantitativo: taxonomía desde el nivel de profundidad de la búsqueda del conocimiento. Huaraz, Perú.
- Trigueros-Ramos, R. N.-P.-E. (2019). Influencia del docente de Educación Física sobre la confianza, diversión, la motivación y la intención de ser físicamente activo en la adolescencia. *Cuadernos de Psicología del Deporte*. Universidad de Murcia, Murcia, España.
- Viñado, J. d., & MOR, E. M. (12 de 23 de 2020). Motivación hacia la Educación Física y actividad física. España: Universidad de Valladolid.

Anexos

Anexo 1

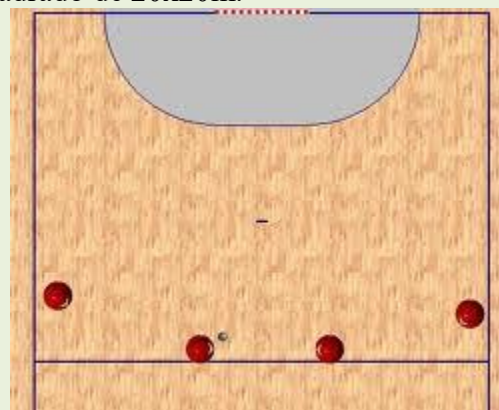
Deportes de Alternativos		
Deporte Alternativo	Beneficios	Reglas
Kin-ball	● Aumento de niveles de actividad física para ambos géneros.	En un partido de Kin-ball participan 3 equipos de 8 jugadores. De estos 8 jugadores, solo 4 están en pista simultáneamente, pudiéndose realizar cambios ilimitados entre ellos. Los equipos pueden ser mixtos, y se distinguen en el campo con petos de tres colores: rosa, gris y negro y destacando un color para cada equipo. El tiempo de juego varía según el tipo de competición, estando dividido generalmente en tres tiempos de 15 minutos cada uno. ● El juego se basa en una estrategia de saque y recepción que va involucrando a los tres equipos. ● La pelota se pone en juego por uno de los equipos, mediante un saque especial en el que intervienen siempre los 4 jugadores. ● El objetivo del equipo que realiza el saque (atacante) es lanzar la pelota intentando dificultar al máximo la recepción para conseguir que la pelota toque el suelo.

- El equipo atacante, antes de lanzar la pelota, nombra a uno de los otros 2 equipos, que deberá interceptar la pelota. El objetivo del equipo en la recepción es evitar que la pelota toque el suelo y, una vez conseguido, organizar rápidamente su saque. La pelota puede ser recibido y conducido con cualquier parte del cuerpo. La pelota se puede desplazar por el equipo atacante dentro de los límites de la pista antes de realizar un nuevo saque.
- En todas las jugadas, tanto de saque como de recepción, intervienen todos los jugadores del equipo.
- El sistema de puntuación asegura que todos los equipos puntúen, ya que, si un equipo comete falta, los otros dos puntúan. Esta paridad en el marcador posibilita que todos los equipos estén implicados en el partido.

Instalaciones y material

Pelota: 1,22 m de diámetro, 1 kg.

Campo cuadrado de 20x20m:



Korfball

- Reducción de los estereotipos de género y el fomento de la igualdad.
- Aumento de nivel de actividad física general.
- Tendencia positiva a nivel social (liderazgos, cooperación, empatía y deportividad).
- La composición de los equipos es mixta, participando 4 chicos y 4 chicas por cada equipo.
- El campo está dividido en dos mitades de forma que dos chicos y dos chicas se situarán en cada mitad
- Cada chico de un equipo cubrirá a otro chico del equipo contrario, lo mismo ocurre con las chicas.
- Los jugadores no pueden salirse de la mitad del campo que tienen asignada.
- El objetivo del juego es pasar la pelota por el cesto, de arriba abajo. Cada vez que lo consigamos nos anotamos 1 punto.
- Cuando el marcador señale un tanteo par, los componentes del equipo cambiarán sus funciones, es decir, los cuatro jugadores/as que actuaban de defensa pasarán a actuar en ataque y viceversa.
- El partido comienza con un saque desde el centro del campo realizado por un jugador atacante.
- El jugador que está en posesión de la pelota no se puede mover, deberá botarlo, pivotar, tirar a cesto o pasar a un compañero, aunque sí puede dar el paso necesario para saltar

y lanzar a cesto. Sus compañeros si pueden moverse dentro de su mitad para conseguir la mejor posición de juego posible.

- Cada vez que se consigue un tanto se realizará un saque desde el centro del campo.
- Al tirar a cesto hay que realizarlo en salto y con ambas manos.
- La duración del partido es de dos tiempos de 30' con un descanso de 10'

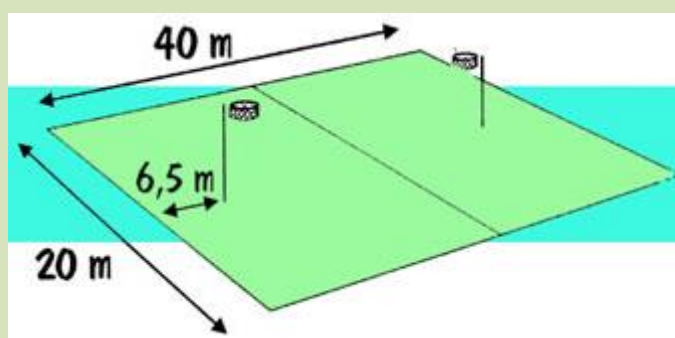
No está permitido:

- Tocar a un jugador del otro equipo.
- Actuar con violencia.
- Lanzar al cesto un jugador que actúa de defensa.
- Tocar la pelota con los pies.
- Marcar a un jugador del otro sexo, o a uno que ya está marcado.
- Entregar la pelota en las manos del compañero, deberemos pasárselo.
- Estas infracciones serán penalizadas con tiro libre y será efectuado por un jugador del equipo perjudicado desde el lugar donde se cometió la falta, no se podrá acercar ningún jugador a menos de 2,5 metros.
- Se considera penalti cuando la infracción se realiza a un jugador en clara acción de tirar a cesto y anotar un punto, se lanzará desde el punto de penalti, en salto y a 2,5 metros del cesto y de cualquier jugador.

Instalaciones y material

Postes: están situados a 6,5 metros de la línea de fondo y tienen una altura de 3,5 metros.

Pelota: sirve el de fútbol.



Quidditch

- Reducción de los estereotipos de género y el fomento de la igualdad.
- Tendencia positiva a nivel social (liderazgos, cooperación, empatía y deportividad).

El quidditch es un deporte alternativo, donde dos equipos de siete jugadores montados en escobas juegan en un campo del tamaño de una pista de hockey. El campo es rectangular y mide 60 metros por 44 metros y tiene 3 aros de diferentes alturas a cada lado del campo.

- Aumento de habilidades sociales, seguridad y confianza en sí mismo.

Cada equipo tendrá 7 jugadores y es obligatorio que sea mixto y los jugadores de cada equipo se dividen de la siguiente manera:

Los Cazadores:

Son los responsables de pasarse la quaffle y anotar puntos, lanzando la quaffle a través de los aros oponentes. Cada gol vale 10 puntos. Hay 4 cazadores por equipo en el campo, aunque dentro de los cazadores hay otros roles que a continuación explicaremos.

Cuando un cazador es golpeado por una bludger mientras lleva la quaffle, debe dejarla caer en el sitio, desmontar de su escoba e ir a la zona de revivir situada en el lateral del campo, antes de poder volver a participar en el juego. Los cazadores se identifican por una cinta blanca en la cabeza.

Dentro de los cazadores tenemos dos roles más:

El Guardián:

Es el protector de los aros (similar al portero de fútbol) y debe intentar impedir que el equipo contrario marque. Solo hay un guardián por equipo en el campo. El guardián es inmune a las bludgers cuando está dentro de la zona del guardián de su equipo (área). Fuera de esta zona, el guardián se considera como un cuarto cazador, y podrá ser eliminado y también podrá anotar. El guardián, aparte de la cinta blanca de cazador, llevará una verde en la muñeca.

El Buscador

Es el único que puede atrapar la snitch. Aunque la snitch solo saldrá una vez por partido en la versión que nosotros jugamos. Hay un buscador por equipo en el campo y se le identifica por una cinta amarilla en la muñeca.

Los golpeadores:

Son tres jugadores que deberán intentar golpear a los jugadores del equipo contrario lanzando bludgers para neutralizarlos, a la vez que intentan evitar que el equipo contrario haga lo mismo. Existen 2 o 3 bludgers dependiendo de la modalidad que juguemos e irán identificados con un peto de color o una cinta negra en la cabeza. Si un golpeador elimina a un jugador del otro equipo ese deberá coger su escoba con las manos en alto e ir a la zona de revivir, cuando toque el cono de esa zona correspondiente a su equipo, podrá volver al juego.

- se juega 3 partes de 5 minutos y en los descansos podremos cambiar el rol de jugador, además de planificar la estrategia, que en este juego es muy importante.

- El campo de juego. El terreno de juego consiste en un campo rectangular, en el que no hay fueras, donde se colocan tres

aros de anotación en cada lado del campo y un área que no se puede invadir para anotar ni para defender, salvo que seas el guardián.

- Con la pelota en la mano no se puede dar ni un solo paso. Solo podremos pivotar con la pelota en la mano, si se da un solo paso es infracción y cambia la posesión de la quaffle.

- No puede haber contacto físico y no se puede quitar de la mano la pelota al rival.

- Si eres dado con una bludger deberás dejar la pelota que tengas en la mano en el suelo dejándola caer, no pudiendo hacer un último pase y abandonar el terreno hacia la zona de revivir.

Instalaciones y material:

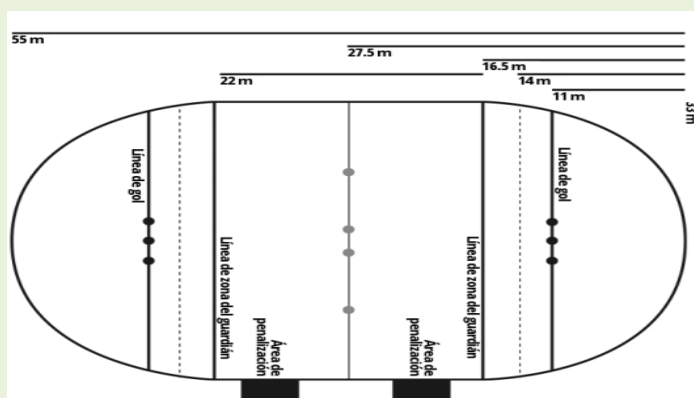
Los tipos de pelota con los que se juega son:

Bludger: Hay dos o tres en el juego dependiendo lo que diga el profesor y sirven para eliminar a los jugadores del otro equipo (a todos). Son bolas blanditas como las pelotas de dodgeball o balón prisionero.

Quaffle: Solo hay una pelota de este tipo y sirve para anotar en los aros de marca. Es un poco más dura que las otras pelotas y de material plástico que rebota. El tamaño es parecido a la bludger y cada vez que se anota son 10 puntos.

Snitch dorada: Es una pequeña pelota amarilla que sale casi al final del partido y que solo el buscador puede ir a por ella. El equipo que la consiga recibe 30 puntos.

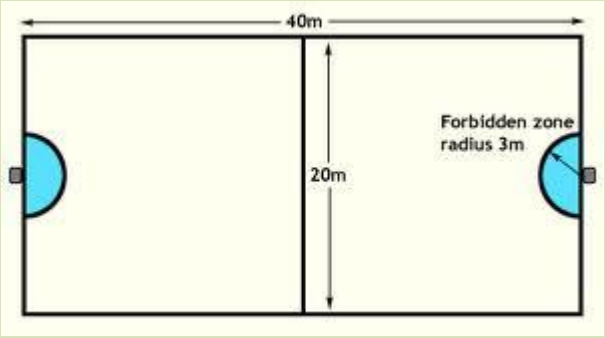
Terreno de juego:



Tchoukball

- Aumento de disfrute, motivación en la participación y la satisfacción de las

Se juega entre dos equipos de 7 jugadores cada uno y es necesario tener dos trampolines de rebote(arcos) y una pelota. Los arcos pueden ser utilizados indistintamente por ambos

	necesidades psicológicas básicas, sin diferencias significativas por género o etapa educativa. ● Tendencia positiva a nivel social (liderazgos, cooperación, empatía y deportividad).	equipos, pero no se puede lanzar más de tres veces consecutivas en el mismo arco. No hay una cancha asignada por equipo, están ubicados en cada extremo del terreno y son delimitadas por una zona prohibida en forma de semicírculo con un diámetro de 3 m. Puntuación: ● Un jugador anota un punto cuando la pelota rebota en cualquiera de los dos arcos y toca el suelo fuera del semicírculo que enfrenta el trampolín, pero dentro del terreno de juego. Un jugador comete una falta si: ● Se desplaza botando la pelota contra el piso o en el aire. ● Efectúa más de 3 pasos con la pelota en la mano. ● Juega con partes del cuerpo que están situadas por debajo de sus rodillas. ● Utiliza un cuarto pase para lanzar la pelota a su equipo. ● Se pone en contacto con el suelo por fuera de los límites del terreno o en la zona, teniendo la pelota en sus manos. ● Deja caer la pelota en el piso en el momento de recibir un pase. ● Toma por equivocación o voluntariamente el pase del otro equipo. ● Recupera la pelota tirada a la cancha por uno de los compañeros del mismo equipo. ● Intercepta los desplazamientos de sus oponentes o bloquea los movimientos libres de la pelota cuando es jugada por el otro equipo. Instalaciones y material El deporte se juega sobre una cancha de cuarenta por veinte metros. En cada extremo hay un arco en el que la bola rebota. La pelota es similar al de balonmano. 
Colpbol	● Tendencia positiva a nivel social (liderazgos, cooperación, empatía y deportividad).	El Colpbol se juega con dos equipos mixtos formados por 7 jugadores. El espacio es una pista de 40×20 (como en

- Mejora de cooperación incondicionada y empatía, existiendo diferencias de género y curso.

balonmano). La finalidad principal es introducir una pelota en la portería contraria a base de golpes con las manos. La pelota solo se puede jugar a base de golpes con las manos, brazos o parte superior del cuerpo. Además, ningún jugador puede golpear la pelota dos veces consecutivas, sería una infracción llamada dobles.

Está prohibido:

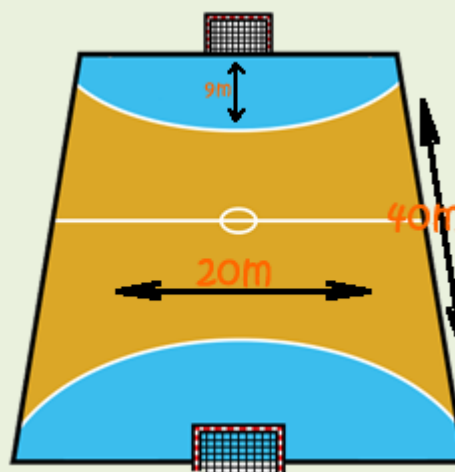
- Tocar dos veces seguidas la pelota.
- Tocar la pelota con las piernas o pies (excepto el portero, en situación defensiva).
- Golpear la pelota con el puño.
- Agarrar la pelota.
- Empujar al adversario.

Todas estas infracciones se resuelven con falta. Estas se ejecutan con un saque efectuado por el equipo contrario desde la línea de banda, en el lugar más próximo adonde se ha producido la infracción.

Instalaciones y material

Pelota: es de plástico, goma o material sintético y de bote dinámico. La pelota usada tendrá de 65 a 72 cm. de circunferencia.

Terreno de juego: pista polideportiva de 40×20 con porterías de 2 metros de alto y 3 metros de ancho. Líneas: líneas de banda, líneas de fondo y línea del área de 9 metros.



Datchball

- Tendencia positiva a nivel social (liderazgos, cooperación, empatía y deportividad).
- Mejora de cooperación incondicionada y empatía,

El Datchball tiene por objetivo eliminar a todos los jugadores del equipo contrario. Se eliminan al ser tocados con un balón.

- Se juega con 3 pelotas de espuma que se colocarán al inicio en la cuerda o línea central que separa los dos campos. Los integrantes de cada equipo deberán tocar la pared del fondo de

existiendo diferencias de género y curso.

su campo con cualquier parte de su cuerpo antes del inicio del juego.

- A la voz de “datchball” se iniciará el juego.
- Un jugador será eliminado cuando sea golpeado por una pelota de forma directa o indirecta (previo bote) y después toque el suelo, pared o techo.
- Un mismo disparo podrá eliminar a varios jugadores a la vez, considerando el criterio de toque en suelo, pared o techo para ser efectivas las eliminaciones
- Son los propios jugadores los que deben reconocer que han sido tocados por la pelota, no se necesita un árbitro para determinar esto. ¡Muy importante!
- Todo jugador eliminado, se sentará en el banco lateral respetando el orden en el que ha sido eliminado, siendo este orden en el que serán salvados.
- La pelota puede servir como escudo protector. Si bien, una pelota rechazada por el escudo protector puede eliminarte si te golpea con posterioridad, golpea a un compañero o contrario y después, toca suelo, pared o techo.
- Se salvará a un compañero cuando se coja una pelota al vuelo (“aire”).
- Si pisas la línea o cuerda que divide los dos campos, estás eliminado.
- Se pueden robar pelotas del campo contrario siempre que no toquemos el campo contrario con ninguna parte del cuerpo.
- Otra regla importante a destacar es la de “Kamikaze”. Se produce cuando un jugador salta al campo contrario y dispara a un jugador del otro equipo, si su disparo sale de la mano antes de tocar el suelo, este disparo es válido. El jugador que lo realiza al tocar el suelo del equipo contrario morirá, pero su disparo sería válido. Es la misma acción que el tiro en suspensión en balonmano, pero en este caso sin pisar la cuerda.
- Habrá dos árbitros por partido, uno por cada equipo, y deben velar por qué se cumpla el reglamento.
- Es obligatorio divertirse y, por tanto, felicitar al equipo contrario tanto si nos ha ganado, como si ha perdido, por el esfuerzo realizado en ambos casos.

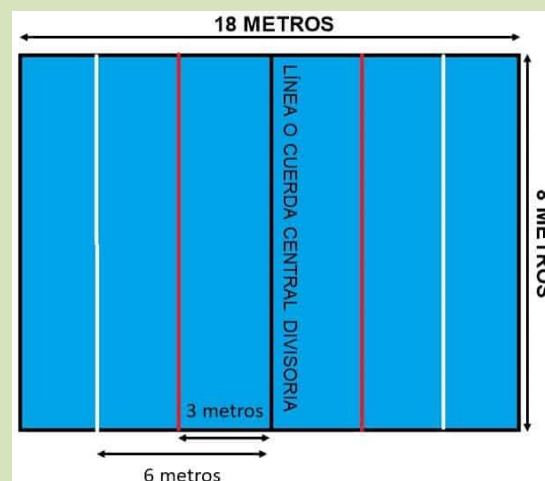
Instalaciones y material

Pelota: Se juega con **pelotas de gomaespuma**, siendo de dos tipos (1):

- Pelota training: se emplea para la iniciación y entrenamiento, ya que es más blanda que la pelota oficial, por lo que facilita el agarre y evita el miedo al impacto. Tiene un diámetro de 16,5 cm. Su peso ronda entre 111 y 113 gramos.
- Pelota oficial: se utiliza en competición y entrenamiento de densidad. Su peso es mayor que la anterior, por lo que los lanzamientos son más

directos, con un mejor agarre y facilitando la opción de ejecutar la acción de aire. Tiene un diámetro de 16,5 cm. Su peso ronda entre los 148 y 150 gramos.

Campo de juego:



Ultimate

- Aumento de disfrute, motivación en la participación y la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas.

- Tendencia positiva a nivel social (liderazgos, cooperación, empatía y deportividad).

- Mejora de concepción y desarrollo del juego limpio y comportamiento deportivo a través del MED (Modelo de Educación deportiva) y MED con materiales autoconstruidos.

- Aumento de condición física mayor en actividad física en cuanto a la variable de intensidad.

- Deporte innovador.

Es un deporte de "no-contacto" jugado por dos equipos de siete personas (en juego) cada uno.

- El objetivo del juego es anotar puntos.

- Un punto es anotado cuando se recibe un pase dentro del área de anotación y hay contacto de cualquier parte del cuerpo dentro del área que se está atacando.

- El Frisbee o disco es movido únicamente mediante pases o lanzamientos, pues al tirador no le es permitido caminar o correr con el disco.

- Cuando un pase es incompleto, interceptado, bloqueado, tirado al suelo o hace contacto con una de las áreas fuera del terreno, hay un cambio de posesión.

- Para iniciar un partido, uno de los dos equipos pone el disco en juego, lanzándolo lo más lejos posible, sin que este abandone las delimitaciones del campo.

- En el sitio donde el disco cae al suelo, el equipo receptor obtiene la posesión de este y se convierte así en el equipo atacante; el otro equipo será, por lo tanto, el equipo defensor.

- La persona que recoge el disco del suelo lo ha de pasar a los compañeros de equipo en un plazo de 10 segundos, ya que no se permite correr con el disco en la mano; así sucesivamente hasta llegar a la zona de gol.

- Tras la anotación de un gol mediante pase completado en la zona de gol se cambia de campo y se vuelve a iniciar el juego con el equipo que acaba de puntuar lanzando el disco lo más lejos posible, sin que este abandone las delimitaciones del campo.

- El equipo atacante mantiene la posesión del disco hasta que este caiga al suelo, salga del perímetro del campo de

juego, sea retenido durante más de 10 segundos por un jugador atacante o sea interceptado por el equipo defensor; en este caso el equipo que estaba en defensa se convierte en equipo atacante y el equipo que acaba de perder la posesión del disco en equipo defensor.

Instalaciones y material

Un frisbee o disco.

Campo de juego:



Flag Football

- Aumento de la actividad física.
- Deporte innovador

Los **equipos están formados por 5 jugadores** y pueden estar formados tanto por hombres como por mujeres.

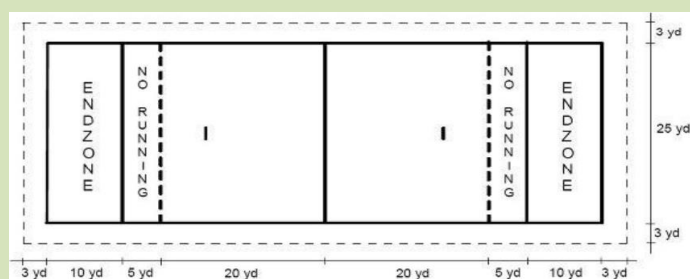
- Los rosters de los equipos consisten en un máximo de 12 jugadores (5 en el campo y 7 sustitutos).
- Los equipos podrán jugar con un mínimo de 4 jugadores.
- Si están disponibles menos de 4 jugadores, el partido se suspende y se da por perdedor al equipo que no reúne los jugadores necesarios.
- Del mismo modo que en el fútbol americano, en el Flag Football los jugadores disponen de 4 oportunidades para cruzar el medio campo.
- Una vez allí, hay otras 4 oportunidades para anotar un touchdown.
- Las anotaciones son: el touchdown (6 puntos), el safety (2 puntos) y el punto extra. El punto extra puede ser de 1 punto (desde la yarda 5) o de 2 puntos (desde la yarda 10).
- Los puntos extras son jugadas de campo (no patadas) y dependen de la posición de la pelota (,57 m o 13,71 m) para determinar su valor (uno o dos puntos).
- Los tiempos extra también se juegan distinto, ya que en Flag Football no existe “punto de oro” sino que cada uno de los equipos tiene 3 intentos para anotar desde la mitad de campo. Cada equipo tendrá oportunidad de avanzar la pelota cruzando la línea de anotación del equipo rival, corriendo con ella o pasándola. Los equipos conseguirán puntos por anotar de acuerdo con la regla y el equipo con la puntuación más

elevada al final del partido, incluyendo los tiempos extras, será el ganador del partido.

Instalaciones y material

- La pelota: debe ser de cuero granulado o sintética, del tamaño reglamentario en cada caso. En los partidos femeninos y los de niños de menos de 16 años se usarán pelotas de talla youth.
- Las cintas adhesivas que pueden ser colocadas en diferentes partes del cuerpo para dinamizar la práctica del juego o, incluso, para llevar a cabo actividades específicas de velocidad y fuerza

Campo de juego:



La pérdida de motivación en adolescentes durante las clases de Educación Física

Total de clases dictadas de Marzo – Noviembre 2023: 40 clases					
Alumno 1	71,79%	Alumno 23	55,26%	Alumno 45	78,95%
Alumno 2	47,37%	Alumno 24	13,16%	Alumno 46	10,53%
Alumno 3	52,63%	Alumno 25	81,58%	Alumno 47	47,37%
Alumno 4	92,11%	Alumno 26	7,89%	Alumno 48	47,37%
Alumno 5	15,79%	Alumno 27	10,53%	Alumno 49	18,42%
Alumno 6	15,79%	Alumno 28	60,53%	Alumno 50	94,74%
Alumno 7	71,05%	Alumno 29	13,16%	Alumno 51	15,79%
Alumno 8	15,79%	Alumno 30	84,21%	Alumno 52	57,89%
Alumno 9	89,47%	Alumno 31	10,53%	Alumno 53	15,79%
Alumno 10	71,05%	Alumno 32	18,42%	Alumno 54	50,00%
Alumno 11	36,84%	Alumno 33	81,58%	Alumno 55	21,05%
Alumno 12	50,00%	Alumno 34	10,53%	Alumno 56	89,47%
Alumno 13	36,84%	Alumno 35	39,47%	Alumno 57	21,05%
Alumno 14	36,84%	Alumno 36	10,53%	Alumno 58	18,42%
Alumno 15	76,32%	Alumno 37	84,21%	Alumno 59	76,32%
Alumno 16	57,89%	Alumno 38	18,42%	Alumno 60	5,26%
Alumno 17	10,53%	Alumno 39	7,89%	Alumno 61	60,53%
Alumno 18	71,05%	Alumno 40	73,68%	Alumno 62	21,05%
Alumno 19	34,21%	Alumno 41	28,95%	Alumno 63	18,42%
Alumno 20	18,42%	Alumno 42	71,05%	Alumno 64	76,32%
Alumno 21	76,32%	Alumno 43	47,37%	Alumno 65	78,95%
Alumno 22	13,16%	Alumno 44	18,42%	Alumno 66	71,05%
Porcentaje promedio anual de asistencia: 43,99%					