

CÓDIGO: **D-7** (a rellenar por la organización)

Título del trabajo en español	Didáctica de la Educación Física, satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, motivación y disfrute en una muestra de escolares gallegos de Educación Primaria
Título del trabajo en inglés	Didactics of Physical Education, satisfaction of basic psychological needs, motivation and enjoyment in a sample of galician students of Primary Education
Autores (señalar nombre y apellidos completos)	Rubén Navarro Patón ¹ , José Eugenio Rodríguez Fernández ² , Raúl Eirín Nemiña ³
Email contacto	¹ ruben.navarro.paton@usc.es - ² geno.rodriguez@usc.es ³ raul.eirin@usc.es
Centro de trabajo	¹ Facultad de formación del profesorado de Lugo. ^{2 3} Facultad de Ciencias de la Educación. ¹²³ Universidad de Santiago de Compostela.

Resumen

Este trabajo tiene como objetivo estudiar el grado de satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, motivación y disfrute en las clases de Educación Física que poseen los escolares de Educación Primaria de 5º y 6º, analizando las relaciones entre ellas y en función de las variables de sexo y edad. Con una muestra de 183 participantes (77 niños y 106 niñas), se aplicaron tres cuestionarios: la Escala de Medición de las Necesidades Psicológicas Básicas (BPNES), la Escala del Locus Percibido de Causalidad en Educación Física (PLOC Scale) y la Escala de medida del disfrute en la actividad física (PACES). Los resultados reflejan que los participantes tienen altos niveles en relación a la satisfacción de sus Necesidades Psicológicas básicas, altos valores a nivel motivacional y del grado de disfrute en las clases de Educación Física, no apreciándose diferencias significativas en relación a la edad y sexo de los participantes. El papel que desempeña el docente es esencial, donde la propia formación, su implicación en el proceso educativo y la transmisión de valores asociados a la Educación Física y el deporte, motivarán al alumnado a una mayor participación, disfrute y adherencia a la práctica deportiva, incluso más allá del ámbito escolar.

Palabras clave: Educación Física, Educación Primaria, Necesidades Psicológicas Básicas, motivación, disfrute.

Abstract

The aim of this work is to study the degree of satisfaction of basic psychological needs, motivation and enjoyment in the physical education classes, with students of Primary Education of 5th and 6th, analyzing relations between them and depending on the variables of sex and age. With a sample of 183 participants (77 boys and 106 girls), three questionnaires were applied: the Basic Psychological Needs Scale (BPNES), the scale of the Perceived Locus of Causality (PLOC Scale) in physical education and the scale of the enjoyment in physical activity (PACES). The results show us that the participants have high levels in relation to the satisfaction of their basic psychological needs, high values in motivational level and the degree of enjoyment in physical education classes, not showing significant differences in relation to the age and sex of the participants. The role played by the teacher is essential, where the own formation, his implication in the educational process and the transmission of values associated with physical education and sport, will motivate students to greater involvement, enjoyment and adherence to sports practice, even outside of school.

Keywords: Physical Education, Primary Education, Basic Psychological Needs, motivation, enjoyment.

1. Introducción.

Los centros escolares y en concreto la Educación Física escolar es considerada por la sociedad y así se refleja en la Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE) (B.O.E. nº 295) como escenario óptimo y adecuado para promocionar la actividad física de los niños y niñas buscando despertar en ellos el interés por un estilo de vida saludable y de actividad física para su vida adulta. Para ello, se considera importante el conocimiento de los factores que pueden influir en la adherencia por la práctica deportiva y los motivos por los que se continúa y mantienen los niveles de actividad una persona (Barreal-López, Navarro-Patón y Basanta-Camiño, 2015).

En la búsqueda este conocimiento, se ha considerado a la motivación, la autonomía, la competencia y la relación con los demás, uno de los constructos teóricos más sólidos, coherentes y utilizados de los últimos tiempos es la Teoría de la Autodeterminación (TAD) de Deci y Ryan (1985), en el que también influye el disfrute.

En el contexto de la Educación Física escolar, la TAD de Deci y Ryan (1985) ha sido usada por Soini, Liukkonen, Jaakkola, Leskinen y Rantanen (2007) y Yli-Piipari (2011), donde han llegado a la conclusión de que si las necesidades psicológicas básicas se ven satisfechas en un individuo, su motivación y en consecuencia el disfrute en las clases de Educación Física, aumentan (Chen, 2001; Ntoumanis, Pensgaard, Martin y Pipe, 2004; Yli-Piipari, 2011), pero si estas tres necesidades psicológicas básicas no se ven satisfechas, lo que aumenta en los escolares es la desmotivación (Moreno, Hernández y González-Cutre, 2009) y, en consecuencia, el nivel de disfrute en las clases se ve frustrado (Chen, 2001; Ntoumanis et al., 2004; Yli-Piipari, 2011).

De este modo, Elliot y Dweck (2005), basándose en la TAD Deci y Ryan (1985), argumentan que dos de estas necesidades, la autonomía y la competencia, son las principales razones por las que el individuo busca la estimulación de estas, realizando actividades que le suponen un reto para ellos y que, la motivación intrínseca, solamente se mantiene cuanto éste se siente competente y autónomo, encontrando estudios que indican que los escolares de los dos últimos cursos de educación primaria tenían un buen nivel de satisfacción de sus necesidades psicológicas básicas, aunque algunas dimensiones de estas tres necesidades alcanzaron mayores valores que otras (Castaño-López, Navarro-Patón y Basanta-Camiño, 2016).

Por otro lado, se considera que el grado de disfrute es un factor importante que subyace en las clases de Educación Física (Chen, 2001; Ntoumanis et al., 2004; Yli-Piipari, 2011), y sobre todo en escolares de educación primaria (Barreal-López et al., 2015). De esta forma, se considera que el disfrute está asociado con la motivación, llegando así a la conclusión de que ambos factores influyen conjuntamente en el grado de participación en cuanto a ejercicio y actividad física se refiere y, por tanto, también en la Educación Física escolar (Hashim, Grove y Whipp, 2008; Wallhead y Buckworth, 2004).

Asimismo, el disfrute en las sesiones de Educación Física también se relaciona con la forma en que el alumnado percibe su competencia física, es decir, con cómo cree que debe ser el éxito (Carrol y Loumidis, 2001). El disfrute se convierte así en un factor multidimensional y se relaciona con el entusiasmo y con las percepciones de la propia competencia hacia una actividad concreta (en este caso, es la Educación Física la que concierne) (Hashim et al., 2008).

Partiendo de lo expuesto anteriormente, y con el interés de analizar las variables que la literatura científica considera como relevantes entre satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, motivación, disfrute, hábitos de vida saludable y Educación Física escolar, nos planteamos como objetivo en este estudio el de evaluar la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, motivación intrínseca, las diferentes subescalas de la motivación extrínseca y la desmotivación así como el disfrute en una muestra de escolares de 5º y 6º curso de Educación Primaria respecto a la Educación Física escolar, así como la relación existente con la edad y el sexo de los participantes.

2. Material y método.

2.1. *Diseño*

Para la realización de esta investigación y responder al objetivo planteado, se realizó un diseño de corte transversal, descriptivo, analítico relacional comparativo (Ato, López y Benavente, 2013).

2.2. *Participantes*

La muestra de este estudio estuvo formada por 183 alumnos de sexo masculino ($n = 77$) y femenino ($n = 106$) pertenecientes a diferentes centros de Educación Primaria de la Ciudad de Lugo elegidos aleatoriamente, con edades comprendidas entre los 10 y los 12 años ($M = 10,95$; $DT = 0,76$).

2.3. *Instrumentos*

Se utilizaron tres instrumentos para la obtención de los datos del estudio:

- *Escala de Medición de las Necesidades Psicológicas Básicas (BPNES)*. En concreto, se utilizó una adaptación a la Educación Física de la escala de las necesidades psicológicas básicas en el ejercicio de Vlachopoulos y Michailidou (2006) por Moreno, González-Cutre, Chillón y Parra (2008). La escala estaba compuesta por un total de 12 ítems encabezados por el enunciado: “En mis clases de Educación Física...”. Los ítems se correspondían con una escala tipo Likert, desde 1 (totalmente en desacuerdo) a 5 (totalmente de acuerdo). Constaba de tres factores: autonomía (p.e. “Tengo la oportunidad de elegir cómo realizar los ejercicios”), competencia (p.e. “Realizo los ejercicios eficazmente”) y relación con los demás (p.e. “Me relaciono de forma muy amistosa con el resto de compañeros/as”).
- *Escala del Locus Percibido De Causalidad en Educación Física (PLOC Scale)*. Adaptación de la escala de motivación escala hacia las clases de Educación Física de Goudas, Biddle y Fox (1994) por Moreno et al. (2009) al contexto español. La escala estaba compuesta por un total de 12 ítems encabezados por el enunciado: “Participo en esta clase de Educación Física”. Los ítems se corresponden con una escala tipo Likert que va desde 1 (totalmente en desacuerdo) a 7 (totalmente de acuerdo). Consta de cinco factores: Motivación intrínseca (p.e. “Porque la Educación Física es divertida”), regulación identificada (p.e. “Porque quiero aprender habilidades deportivas”), Regulación Introyectada (p.e. “Porque quiero que el profesor/a piense que soy un/a buen/a estudiante”), regulación externa (p.e. “Porque eso es lo que se supone que debo hacer”) y Desmotivación (p.e. “Pero no comprendo por qué debemos tener Educación Física”).
- *Escala de medida del disfrute en la actividad física (PACES)*, una adaptación a la Educación Física de la escala de las necesidades psicológicas básicas de Molt, Dishman, Saunders, Dowda, Felton y Pate (2001), amoldado por Moreno, González-Cutre, Martínez-Galindo, Alonso y López (2008) al contexto español. La escala está compuesta por un total de 16 ítems encabezados por el enunciado: “Cuando estoy

activo”. Los ítems se corresponden con una escala tipo Likert que va desde 1 (totalmente en desacuerdo) a 5 (totalmente de acuerdo). Consta de un único factor: disfrute (p.e. “Me siento bien”).

2.4. *Procedimiento*

Para poder llevar a cabo esta investigación se solicitó permiso a los órganos educativos competentes. Posteriormente se informó en detalle a madres/padres de los sujetos participantes del protocolo y objeto del estudio, de la voluntariedad de participar y de la confidencialidad de las respuestas y de todos los datos que las niñas y niños nos facilitarían. Todo ello bajo las normas éticas de la Declaración de Helsinki (1975).

El instrumento de recogida de datos (BPNES, PLOC y PACES) se realizó en la clase de Educación Física, bajo permiso del docente especialista de la asignatura, pero sin su presencia en el aula, evitando de esta forma cualquier tipo de condicionante en las respuestas de los sujetos. Para completar el cuestionario, se estableció un tiempo de 40 minutos, indicando de forma clara que no se trataba de un examen, que no había respuestas correctas o incorrectas, y de lo que se trataba era de que contestaran de la forma más sincera posible.

Los investigadores estuvieron atentos en todo momento a resolver cualquier tipo de duda sobre el cumplimiento del cuestionario, presentes hasta el final del proceso y creando en el aula un buen ambiente, de confianza, para que los participantes mostraran sus opiniones de forma natural y consciente.

2.5. *Análisis estadístico*

Se han calculado los estadísticos descriptivos, correlaciones (coeficiente de Spearman) entre las dimensiones analizadas del BPNES, PLOC y el PACES, consistencia interna (alfa de Cronbach) y diferencias según las variables sexo y edad. Las pruebas de normalidad (Kolmogorov-Smirnov) revelaron una distribución no normal, empleándose pruebas no paramétricas para la comparación entre las variables sexo y edad y las dimensiones del BPNES, PSPP y del PACES. Concretamente, para la comparación en función de la variable sexo, fue utilizada la prueba U de Mann Whitney, y para la variable edad, la prueba utilizada fue la de H de Kruskal- Wallis. El nivel de significación se fijó a $p \leq 0,05$ para las diferentes pruebas. Los análisis fueron llevados a cabo mediante el programa estadístico IBM SPSS (v. 20.0).

3. **Resultados.**

Análisis descriptivo, análisis de fiabilidad y correlaciones bivariadas

En la Tabla 1 se muestran los estadísticos descriptivos de las variables utilizadas, la fiabilidad de los datos, así como su correlación. En relación al análisis de correlación destaca la muy buena y positiva correlación entre la motivación intrínseca y el disfrute. Se ha de destacar también la buena y positiva relación entre la autonomía, la motivación intrínseca y el disfrute, así como estas dos últimas dimensiones con la relación con los demás.

En cuanto a la correlación entre las el resto de variables del BPNES, PLOC y PACES, debemos indicar que existe una baja o muy baja correlación entre ellas.

Tabla 1. Media (M), desviación típica (DT), Asimetría (Asim.), Curtosis (Curt.) y correlaciones entre las dimensiones analizadas.

Dimensiones	M	DT	Asim.	Curt.	α	AU	CP	RCD	MI	ME	DMT	DISF
-------------	---	----	-------	-------	----------	----	----	-----	----	----	-----	------

Autonomía (AU)	3,44	0,93	-0,34	-0,50	0,745	1	0,533**	0,397**	0,595**	0,050	-0,155*	0,577**
Competencia (CP)	3,90	0,81	-0,70	-0,13	0,705	-	1	0,408**	0,483**	-0,79	-0,225**	0,557**
Relación con los demás (RCD)	4,13	1,01	-1,39	1,29	0,716	-	-	1	0,539**	-0,090	-0,225**	0,594**
Motivación Intrínseca (MI)	5,59	1,60	-0,94	-0,54	0,768	-	-	-	1	-0,070	-0,346**	0,719**
Motivación extrínseca (ME)	3,93	1,59	0,01	-0,87	0,709	-	-	-	-	1	-0,411**	-0,193**
Desmotivación (DMT)	2,27	1,45	1,14	0,72	0,710	-	-	-	-	-	1	0,340**
Disfrute (DISF)	4,29	0,74	-1,51	1,90	0,881	-	-	-	-	-	-	1

**** La correlación es significativa a nivel 0,01 (Bilateral)**

Para analizar la interacción del sexo (Tabla 2) y la edad (Tabla 3) de los niños y niñas con las variables del BPNES, PLOC y PACES, se realizó un análisis mediante pruebas no paramétricas. Concretamente, para las comparaciones en función del sexo y las dimensiones fue utilizada la prueba U de Mann-Whitney (Tabla 2), y para la comparación en función de la edad fue utilizada la prueba H de Kruskal- Wallis (Tabla 3).

En relación al sexo, como se puede observar en la Tabla 2, no se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre las subescalas del BPNES, PLOC y PACES siendo muy parecidas las medias calculadas en los niños y en las niñas.

Tabla 2. Análisis según el sexo.

Variables	Sexo					
	Niños (n=77)		Niñas (n=106)		U de Mann-Whitney	p
	M	DT	M	DT		
Autonomía	3,49	0,93	3,41	0,94	3877,50	0,564
Competencia	3,87	0,75	3,92	0,85	3793,00	0,413
Relación con los demás	4,25	0,88	4,04	1,09	3800,00	0,417
Motivación Intrínseca	5,63	1,476	5,55	1,70	4065,00	0,963
Regulación Externa	3,87	1,48	3,98	1,67	3934,50	0,678
Desmotivación	2,33	1,42	2,22	1,47	3843,50	0,489
Disfrute	4,36	0,66	4,25	0,80	4116,50	0,997

En cuanto a los resultados calculados en relación a la edad de los participantes, se han encontrado diferencias estadísticamente significativas en las dimensiones de BPNES, produciéndose una disminución en cuanto a la autonomía, competencia y relación con los demás a medida que pasan de los 10 a los 12 años. En relación a las dimensiones del PLOC, tenemos que indicar que la motivación intrínseca es similar en los 10 y 11 años, produciéndose un descenso en la puntuación en esta dimensión a los 12 años. En relación a la desmotivación tenemos que indicar que esta aumenta de los 11 a los 12 años. En relación al disfrute, ocurre como con la motivación intrínseca, entre los 10 y 11 años, el alumnado puntúa de manera similar y a los 12 años este disfrute en las clases de Educación Física disminuye.

Tabla 3. Análisis según la variable edad.

Variables	Edad (Años)						H Kruskal- Wallis	p
	10 (57)		11 (77)		12 (49)			
	M	DT	M	DT	M	DT		
Autonomía	3,72	0,82	3,52	0,95	3,00	0,88	18,11	< 0,001
Competencia	4,17	0,59	3,99	0,85	3,44	0,79	23,14	< 0,001
Relación con los demás	4,50	0,51	4,48	0,62	3,16	1,28	38,91	< 0,001
Motivación Intrínseca	6,10	1,19	6,12	1,17	4,15	1,75	36,36	< 0,001
Regulación Externa	4,18	1,55	3,74	1,65	3,95	1,52	2,31	0,328
Desmotivación	2,15	1,36	1,90	1,22	2,98	1,67	15,36	< 0,001
Disfrute	4,55	1,46	4,45	0,65	3,76	,87	31,39	< 0,001

4. Discusión.

El primer objetivo que nos planteábamos con este estudio era evaluar la satisfacción de las Necesidades Psicológicas Básicas (autonomía, competencia y relación con los demás). En general, los datos que se extraen del análisis de la Escala de Medición de las Necesidades Psicológicas Básicas (BPNES) nos indican que los escolares muestran un buen nivel de satisfacción, donde se pueden ver reflejadas posiblemente las estrategias desarrolladas por el profesor de Educación Física en sus clases, tal y como reflejan los estudios de Sánchez-Oliva, Leo, Amado, Cuevas y García-Calvo (2013).

En este sentido, son destacables los valores en el apartado de relación con los demás, donde podemos comprobar el importante papel que juega la Educación Física, el auténtico laboratorio de desarrollo y resolución de conflictos, reflejándose la continua interacción de los participantes del grupo-clase y donde se pueden poner en práctica todos esos valores que los

docentes intentamos transmitir a nuestro alumnado a través del movimiento, el ejercicio físico y el deporte (Castaño-López et al., 2016; Vargas y Orozco, 2003).

El apartado de competencia también arroja altos valores, ya que los participantes reflejaban sentirse eficaces en el momento de realizar las tareas propuestas por el docente, mostrando de esta forma tener un sentido de confianza propia y de efectividad en las acciones realizadas, aspectos que redundarán en un mayor disfrute de las clases de Educación Física, tal y como indican los estudios de Hashim et al. (2008).

La adquisición de autonomía en toda su extensión (autonomía personal, resolución de problemas motores, desarrollo de las propias habilidades motrices y de movimientos propios...) son aspectos que se recogen en el currículo educativo, que el docente debe fomentar desde los primeros cursos de la etapa de primaria y que el alumnado debe ir adquiriendo progresivamente; sin embargo, en este estudio los valores fueron de los más bajos, pudiendo ser un indicativo de la necesidad de que el docente adopte estrategias y métodos de trabajo para facilitar la adquisición de esa autonomía en la realización y toma de decisiones del alumnado, hecho que les preparará para resolver futuros problemas en su vida diaria, afrontar miedos o cualquier otro reto que se le muestre (Moreno et al., 2008).

Un segundo objetivo que nos planteábamos en este estudio era la evaluación de las variables del PLOC (motivación intrínseca, regulación externa y desmotivación). En este sentido, destacar que los sujetos analizados muestran un alto nivel de motivación intrínseca (niveles más altos del estudio), valores medios de motivación extrínseca y los valores más bajos en referencia a la desmotivación. Comprobamos de esta forma que los escolares participan en las clases de Educación Física por su propio interés, para experimentar, explorar, aprender, superar continuamente retos y/o objetivos y para alcanzar esas metas personales tan importantes para los escolares de esta edad (Deci y Ryan, 2002).

En menor medida lo hacen por presiones internas, para evitar comparaciones discriminatorias con los compañeros, para buscar recompensas o evitar castigos (Deci y Ryan, 2002); pero, sobre todo, los escolares entienden que la Educación Física es beneficiosa para la salud, para el propio bienestar, que reporta beneficios físicos y psicológicos, de ahí los bajos niveles de desmotivación. En esta línea, Moreno-Murcia, Zomeño, Marín, Ruiz y Cervelló (2013) indican que el alumnado con alta motivación intrínseca y baja desmotivación en la Educación Física escolar, son los que más actividad física extraescolar realizan, ajustándose al objetivo que debe marcarse el docente en fomentar este tipo de actuaciones y compensar la escasa asignación horaria a la Educación Física en el currículum escolar (Castaño-López, Navarro-Patón y Basanta-Camiño, 2015).

Un tercer objetivo que nos planteamos es analizar el grado de disfrute de los escolares de último ciclo de Educación Primaria en las clases de Educación Física. Por los resultados obtenidos en este estudio (los más elevados después de la motivación extrínseca) podemos decir que los sujetos muestran un gran disfrute respecto a la Educación Física escolar, un factor significativo de motivación que muestra un compromiso positivo hacia la asignatura (Grastén, Jaakkola, Liukkonen, Watt y Yli-Piipari, 2012).

El docente debe tener siempre presente que el disfrute es el factor que mejor predice el inicio de nuevas prácticas o el mantenimiento de las que se están realizando y, si queremos que nuestro alumnado tenga una buena adhesión a la práctica físico-deportiva (escolar o extraescolar) debe proponer prácticas variadas, motivadoras y promotoras de aprendizajes auténticos y efectivos (Gil-Madrona y Díaz-Suárez, 2012).

Si las tareas propuestas se basan en un clima motivacional adecuado, el grado de disfrute del alumnado será mayor (Barreal-López et al., 2015), del mismo modo que si proponemos clases con un contenido atractivo y adaptado a las necesidades del alumnado,

prestando especial atención a la cantidad e intensidad de las sesiones propuestas para evitar excesos (tareas demasiado complicadas que causan frustración) y estancamientos (tareas demasiado sencillas que provocan aburrimiento, dejadez y abandono) (Fairclough, 2003).

Una vez más, estamos destacando la importancia del docente en todo este proceso, que además de ser el responsable, es el encargado de lograr personas activas físicamente en estas edades y que consigan una fuerte adherencia a la práctica deportiva, que les permita mejorar su calidad de vida con el paso de los años (Navarro-Patón, Barreal-López y Basanta-Camiño, 2016); y esto el docente especialista en Educación Física podrá conseguirlo con un adecuado planteamiento de sus clases, hecho que redundará en un mayor grado de satisfacción del alumnado en relación a las mismas (Faison-Hodge y Porretta, 2004; Trost, Pate, Freedson, Sallis y Taylor, 2000).

Por último, nos planteamos el análisis de las relaciones existentes en la medición de las BPNES, la escala PLOC y el grado de disfrute en relación a la edad y el sexo de los participantes. En lo que respecta a las dimensiones del BPNES, no se encuentran diferencias significativas en cuanto al sexo de los participantes, mostrando todos ellos altos índices de satisfacción. No obstante, en cuanto a la variable de la edad, destacan los altos valores en los participantes de 10 años, bajando ligeramente esos valores en 11 años, ocurriendo lo mismo a los 12.

Si hacemos referencia a la relación existente entre la motivación y la satisfacción de las Necesidades Psicológicas Básicas, esta tendencia en valores hacia el último año de la etapa Primaria va en el mismo sentido que los estudios de Standage y Treasure (2002) o Van Wersch, Trew y Turner (2002), que afirman que la motivación decrece a medida que las personas van creciendo y se hacen mayores.

En cuanto a las relaciones entre las variables del PLOC y el sexo de los participantes, los valores son similares, en cuanto a la variable sexo. Pero las diferencias más significativas las encontramos en relación a la variable de la edad de los participantes. A medida que la edad de los participantes se incrementa, la motivación de los mismos disminuye, coincidiendo con los estudios de Standage y Treasure (2002) o Van Wersch, Trew y Turner (2002) que comentábamos anteriormente. En este sentido, es importante tener en cuenta estudios como los de Moreno-Murcia y Martínez-Camacho (2006) o de Castaño-López et al. (2015), que nos indican que cuando ocurre este tipo de situación, el docente debe ser consciente de ello y encaminar sus prácticas docentes para intentar paliar este descenso de la motivación, haciendo especial hincapié en el feedback otorgado al alumnado, promoviendo sensación de competencia y autoconfianza, o promoviendo objetivos orientados al proceso en sí.

Para finalizar, en las relaciones entre el disfrute en las clases de la Educación Física escolar y las variables de sexo no existen diferencias significativas. Estudios como los de Moreno-Murcia, Sicilia, Cervelló, Huéscar y Dumitru (2011) han demostrado que el género es un factor determinante en este disfrute, sin embargo, no ocurre lo mismo en nuestra investigación, en la que los participantes muestran valores semejantes en chicos y chicas, pero sí en cuanto a la edad, disminuyendo este a medida que esta aumenta como en el estudio realizado por Barreal et al. (2015).

5. Limitaciones del estudio.

El reducido tamaño de la muestra (183 participantes) no permite extrapolar los resultados a la población en general, dado que no es una muestra representativa. Por este motivo, sería interesante que otros investigadores profundizaran en esta temática, ampliando el tamaño de la muestra y realizando un estudio comparativo de los resultados obtenidos.

6. Conclusiones.

Los resultados obtenidos en relación a la satisfacción de las Necesidades Psicológicas Básicas nos muestran también el grado de motivación del alumnado hacia la asignatura de Educación Física, lo que nos puede inducir a pensar que estos participantes practicarán actividad física fuera de su horario lectivo en la escuela (Castaño-López et al., 2015; Moreno-Murcia et al., 2013). En consecuencia, estos participantes mantendrán unos hábitos de vida saludables, aspectos que se reflejan en la legislación educativa actual en relación a la Educación Física escolar.

Se pone de manifiesto en esta investigación la especial importancia del docente especialista en Educación Física en su propuesta didáctica y en las estrategias que emplee para crear un clima adecuado que beneficie la adquisición de adecuados niveles de las BPNES, PLOC y disfrute en las clases diarias, tratando de transmitir con experiencias educativas significativas los beneficios que nos reporta la actividad física y el deporte en todas sus dimensiones.

Es imprescindible que el docente planifique y desarrolle adecuadamente sus clases, que proponga tareas que impliquen trabajo cooperativo y de relación con los demás (Gómez, Hernández, Martínez y Gámez, 2014), que se aleje de la monotonía, que acerque los contenidos educativos a los intereses del alumnado, proporcionándoles cierto grado de autonomía en la toma de decisiones y en la ejecución de las propias actividades.

7. Referencias bibliográficas.

- Ato, M., López, J. y Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29 (3), pp. 1038-1059
- Barreal-López, P., Navarro-Patón, R. y Basanta-Camiño, S. (2015). ¿Disfrutan los escolares de Educación Primaria en las clases de Educación Física? Un estudio descriptivo. *Trances*, 7(4), pp. 613-625.
- Carrol, B. y Loumidis, J. (2001). Children's perceived competence and enjoyment in physical education and physical activity outside school. *European Physical Education Review*, 7, pp. 24-43. Recuperado de <http://epe.sagepub.com/content/7/1/24.abstract>
- Castaño-López, M.E., Navarro-Patón, R. y Basanta-Camiño, S. (2015). ¿Qué tipo de motivación predomina en los escolares de educación primaria hacia la educación física? Un estudio descriptivo. *EmásF, Revista digital de Educación Física*, 35, pp. 152-160.
- Castaño-López, M.E., Navarro-Patón, R. y Basanta-Camiño, S. (2016). Estudio de la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas de los escolares de primaria respecto a la educación física. *EmásF, Revista digital de Educación Física*, 7(39), pp. 102-110.
- Chen, A. (2001). A theoretical conceptualization for motivation research in physical education: An integrated perspective. *Quest*, 2, pp. 35-58.
- Deci, E.L. y Ryan, R.M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum.
- Deci, E.L. y Ryan, R.M. (2002). Overview of self-determination theory: an organismic dialectical perspective. En E.L. Deci y R.M. Ryan (Eds.), *Handbook of self-determination research* (pp. 3-36). University of Rochester Press.
- Elliot, A.J. y Dweck C.S. (2005). *Handbook of competence and motivation*. New York: The Guilford Press.

- Fairclough, S. (2003). Physical activity, perceived competence and enjoyment during secondary school physical education. *The European Journal of Physical Education*, 8, pp. 5-18.
- Faison-Hodge, J. y Porretta, D.L. (2004). Physical activity levels of students with mental retardation and students without disabilities. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 21, pp. 139-154.
- Gil-Madrona, P. y Díaz-Suárez, A. (2012). Dominio afectivo de los alumnos de 6º curso de primaria hacia la asignatura de Educación Física. *Revista de Investigación en Educación*, 10 (2), pp. 109-117.
- Gómez, A., Hernández, J., Martínez, I. y Gámez, S. (2014). Necesidades psicológicas básicas en Educación Física según el género y el ciclo educativo del estudiante durante la escolaridad obligatoria. *Revista de Investigación Educativa*, 32 (1), pp. 159-167 (doi: <http://dx.doi.org/10.6018/rie.32.1.172311>)
- Goudas, M., Biddle, S.J.H., y Fox, K.R. (1994). Perceived locus of causality, goal orientations, and perceived competence in school physical education classes. *British Journal of Educational Psychology*, 64, pp. 453-463.
- Gråstén, A., Jaakkola, T., Liukkonen, J., Watt, A. y Yli-Piipari, S. (2012). Prediction of enjoyment in school physical education. *Journal of Sports Science and Medicine*, 11, pp. 260-269
- Hashim H., Grove J.R. y Whipp, P. (2008). Validating the youth sport enjoyment construct in high school physical education. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 79, pp. 183-195. Recuperado de <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/02701367.2008.10599482>
- Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa. *Boletín Oficial del Estado*, 295, pp. 97858-97921.
- Molt, R.W., Dishman R.K., Saunders R., Dowda M., Felton G. y Pate R.R. (2001). Measuring enjoyment of physical activity in adolescent girls. *Am J Prev Med.*, 21, pp. 110-7.
- Moreno, J.A., González-Cutre, D., Martínez-Galindo, C. Alonso, N. y López, M. (2008). Propiedades psicométricas de la Physical Activity Enjoyment Scale (PACES) en el contexto español. *Estudios de Psicología*, 29 (2), pp. 173-180.
- Moreno, J.A., González-Cutre, D., Chillón, M. y Parra, N. (2008). Adaptación a la educación física de la escala de las necesidades psicológicas básicas en el ejercicio. *Revista Mexicana de Psicología*, 25 (2), pp. 295-303. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=243016308009>
- Moreno, J.A., Hernández, A. y González-Cutre, D. (2009). Complementando la teoría de la autodeterminación con las metas sociales: un estudio sobre la diversión en educación física. *Revista Mexicana de Psicología*, 26 (2), pp. 213-222. Recuperado de <http://www.researchgate.net/publication/257101141>
- Moreno-Murcia, J.A., Sicilia, A., Cervelló, E., Huéscar, E. y Dumitru, E. (2011). The relationship between goal orientations, motivational climate and self-reported discipline in physical education. *Journal of Sports Science and Medicine*, 10, pp. 119-129.
- Moreno-Murcia, J.A., Zomeño, T., Marín, L.M., Ruiz, L.M. y Cervelló, E. (2013). Percepción de la utilidad e importancia de la educación física según la motivación generada por el docente. *Revista de Educación*, 362, pp. 380-401 (doi: 10.4438/1988-592X-RE-2011-362-165).

- Moreno-Murcia, J.A. y Martínez-Camacho, A. (2006). Importancia de la teoría de la autodeterminación en la práctica físico-deportiva: fundamentos e implicaciones prácticas. *Cuadernos de psicología del deporte*, 6 (2), pp. 39-54.
- Navarro-Patón, R., Barreal-López, P. y Basanta-Camiño, S. (2016). Relación entre el autoconcepto físico y el disfrute en las clases de Educación Física en escolares de Educación Primaria. *Journal of Sport and Health Research*, 8 (2), pp. 5-16.
- Ntoumanis, N., Pensgaard, A.M., Martin, C. y Pipe, K. (2004). An ideographic analysis of amotivation in compulsory school physical education. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 26, pp. 197-214.
- Sánchez-Oliva, D., Leo, F.M., Amado, D., Cuevas, R. y García-Calvo, T. (2013). Desarrollo y validación del cuestionario de apoyo a las necesidades psicológicas básicas en educación física. *Motricidad: European Journal of Human Movement*, 30, pp. 53-71. Recuperado de <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4775539>
- Soini, M., Liukkonen, J., Jaakkola, T., Leskinen, E. y Rantanen, P. (2007). Motivational climate and enjoyment of physical education in school. *Liikunta ja Tiede*, 44, pp. 45-51.
- Standage, M. y Treasure, C.D. (2002). Relationship among achievement goal orientations and multidimensional situational motivation in physical education. *British Journal of Educational Psychology*, 72, pp. 87-103. Recuperado de <http://www.selfdeterminationtheory.org/authors/martyn-standage/>
- Trost, S.G., Pate, R., Freedson, P.S., Sallis, J.F. y Taylor, W.C. (2000). Using objective physical activity measures with youth: How many days or monitoring are need? *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 32 (2), pp. 426-431 (doi: 10.1097/00005768-200002000-00025).
- Van Versch, A., Trew, K. y Turner, L. (2002). Post-primary school pupils interest in physical education: age and gender differences. *British Journal of Educational Psychology*, 62, pp. 56-72. Recuperado de <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.2044-8279.1992.tb00999.x/pdf>
- Vargas, P. y Orozco, R. (2003). La importancia de la Educación Física en el currículo escolar. *Intersedes: Revista de las Sedes Regionales*, 4 (7), pp. 119-130. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=66640709>
- Vlachopoulos, S. P. y Michailidou, S. (2006). Development and initial validation of a measure of autonomy, competence, and relatedness in exercise: The Basic Psychological Needs in Exercise Scale. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 10, pp. 179-201.
- Wallhead, T.L. y Buckworth, J. (2004). The role of physical education in the promotion of youth physical activity. *Quest*, 56, pp. 285-301. Recuperado de http://www.researchgate.net/publication/234762436_The_Role_of_Physical_Education_in_the_Promotion_of_Youth_Physical_Activity
- Yli-Piipari, S. (2011). *The development of students' physical education motivation and physical activity- A 3.5-year longitudinal study across Grades 6 to 9*. Tesis doctoral, Universidad de Jyväskylä.