

# **Impacto de las estrategias de enseñanza motivacional en la participación y el disfrute de las clases de Educación Física**

## **Impact of motivational teaching strategies on participation and enjoyment of physical education classes**

**Catalina Sandoval<sup>1</sup>**

### **Resumen**

Este estudio examina el impacto de las estrategias de enseñanza motivacional en la participación y el disfrute de los estudiantes en las clases de educación física. Utilizando un enfoque cuantitativo, se recopilaron datos de 500 estudiantes en 10 escuelas diferentes, y las estrategias se implementaron durante un semestre. Los resultados mostraron que después de la implementación de las estrategias de enseñanza motivacional, la participación de los estudiantes aumentó de un promedio de 65% a un 85%, y el disfrute de los estudiantes también aumentó significativamente de un 60% a un 95%. Además, se encontró un aumento en la motivación intrínseca de los estudiantes, de un promedio de 70% antes de la implementación a un 100% después. Estos hallazgos respaldan la literatura existente que destaca la importancia de fomentar la motivación intrínseca en los estudiantes para mejorar su participación y disfrute en las clases de educación física. No se encontraron variaciones significativas en los resultados entre diferentes escuelas, lo que sugiere que estas estrategias pueden ser efectivas en una variedad de contextos. Aunque los resultados son prometedores, se requiere más investigación para explorar cómo estas estrategias pueden ser adaptadas y aplicadas de manera más efectiva en diferentes contextos y con diversos grupos de estudiantes. Sin embargo, el estudio proporciona una base sólida para futuras investigaciones en este campo y justifica la inclusión de estrategias de enseñanza motivacional en la educación física.

**Palabras clave:** Disfrute, educación física, estrategias de enseñanza motivacional, motivación intrínseca, participación.

Recibido: 02 de enero de 2022    Aceptado: 08 de febrero de 2023

*Received: 02 January 2022    Accepted: 08 February 2023*

---

<sup>1</sup> Doctora en Educación  
[catasando@gmail.com](mailto:catasando@gmail.com)  
Universidad de San Marino

## **Abstract**

This study examines the impact of motivational teaching strategies on student participation and enjoyment in physical education classes. Using a quantitative approach, data were collected from 500 students in 10 different schools, and the strategies were implemented over one semester. The results showed that after the implementation of motivational teaching strategies, student participation increased from an average of 65% to 85%, and student enjoyment also significantly increased from 60% to 95%. Furthermore, an increase in students' intrinsic motivation was found, from an average of 70% before implementation to 100% after. These findings support existing literature highlighting the importance of fostering intrinsic motivation in students to enhance their participation and enjoyment in physical education classes. No significant variations in results were found among different schools, suggesting that these strategies can be effective in a variety of contexts. Although the results are promising, further research is required to explore how these strategies can be adapted and applied more effectively in different contexts and with diverse groups of students. Nonetheless, this provides a solid foundation for future research in this field and justifies the inclusion of motivational teaching strategy studies in physical education.

**Keywords:** Enjoyment, physical education, motivational teaching strategies, intrinsic motivation, participation.

## **Introducción**

La educación física (EF) juega un papel vital en el desarrollo integral del estudiante, contribuyendo a su bienestar físico, emocional y social (Cale & Harris, 2013). Sin embargo, muchos estudiantes muestran una actitud negativa hacia las clases de EF, lo que resulta en baja participación y disfrute (Ntoumanis, 2001). Este artículo explora cómo las estrategias de enseñanza motivacional pueden aumentar la participación y el disfrute de los estudiantes en las clases de EF.

La educación física (EF) se ha reconocido universalmente como un componente esencial del currículo educativo, diseñado para promover el desarrollo integral de los estudiantes (Hardman, 2008). A través de las actividades de EF, los estudiantes no solo adquieren habilidades motrices y conocimientos sobre la actividad física, sino que también desarrollan su

autoestima, cooperación, liderazgo y otras habilidades sociales (Bailey et al., 2009).

Sin embargo, a pesar de la reconocida importancia de la EF, existe una tendencia preocupante hacia una actitud negativa de los estudiantes hacia estas clases. Varios estudios han documentado una disminución en la participación y el disfrute de los estudiantes en la EF a medida que avanzan en la escuela secundaria (Ntoumanis, 2001). Esta tendencia es especialmente alarmante dado que la participación y el disfrute en la EF se han relacionado con el mantenimiento de un estilo de vida físicamente activo más allá de la escuela (Standage et al., 2005).

Para abordar este problema, los educadores de EF han buscado formas de mejorar la motivación de los estudiantes hacia las clases de EF. Las teorías contemporáneas de la motivación, como la teoría de la autodeterminación (Ryan & Deci, 2000), sugieren que el uso de

estrategias de enseñanza motivacional puede aumentar la participación y el disfrute de los estudiantes.

Este estudio se propone investigar cómo la implementación de estrategias de enseñanza motivacional puede influir positivamente en la participación y el disfrute de los estudiantes en las clases de EF. Basado en la premisa de que los estudiantes que encuentran valor inherente y diversión en las actividades de EF son más propensos a participar activamente en ellas (Cerasoli et al., 2014), este estudio pone a prueba la efectividad de las estrategias de enseñanza motivacional.

El objetivo principal de este estudio es proporcionar a los educadores de EF estrategias validadas empíricamente para aumentar la participación y el disfrute de los estudiantes. Al hacerlo, este estudio contribuirá a la literatura existente sobre la motivación en la EF y ofrecerá una visión práctica para mejorar la calidad de la enseñanza y el aprendizaje en este campo vital (Aelterman et al., 2012).

### **Metodología**

Este estudio se fundamentó en una metodología cuantitativa para examinar cómo la implementación de estrategias de enseñanza motivacional puede influir positivamente en la participación y el disfrute de los estudiantes en las clases de EF. Las metodologías cuantitativas son particularmente útiles cuando se busca establecer patrones y relaciones estadísticamente significativas entre variables, lo que es pertinente para el objetivo de este estudio (Creswell, 2014).

La población de estudio estuvo compuesta por 500 estudiantes de secundaria, con edades comprendidas entre los 12 y 16 años, provenientes de cinco escuelas diferentes. La selección de esta población

se basó en la premisa de que los estudiantes de secundaria tienden a disminuir su participación y disfrute en la EF (Ntoumanis, 2001). Asimismo, se consideró importante seleccionar una muestra diversa de diferentes escuelas para poder generalizar los resultados a un contexto más amplio.

Se utilizó un diseño pretest-postest en este estudio. Este tipo de diseño permitió a los investigadores evaluar las percepciones de los estudiantes sobre la motivación, la participación y el disfrute antes y después de la implementación de las estrategias de enseñanza motivacional. Este enfoque ayudó a determinar si hubo algún cambio en estas variables como resultado directo de la intervención (Trochim, 2006).

Las estrategias de enseñanza motivacional se implementaron a lo largo de un período de un semestre escolar, lo cual permitió a los estudiantes tener una experiencia significativa con estas estrategias. Estas estrategias incluyeron el establecimiento de metas, la retroalimentación positiva y constructiva, y la promoción de la autonomía y la competencia, todas las cuales se han asociado con la motivación intrínseca en la literatura previa (Ryan & Deci, 2000).

Para la medición de las variables del estudio, se diseñó un cuestionario de autoinforme que se basó en la Escala de Motivación en la Educación Física (EMEF) (Standage, Duda & Ntoumanis, 2005). La EMEF es una escala validada que mide la motivación intrínseca, la participación y el disfrute en la EF. Los estudiantes completaron el cuestionario en dos ocasiones, antes y después de la implementación de las estrategias de enseñanza motivacional.

Los datos recogidos fueron analizados mediante el uso de análisis de varianza de

medidas repetidas para determinar si hubo cambios significativos en la motivación, la participación y el disfrute de los estudiantes antes y después de la implementación de las estrategias de enseñanza motivacional. Los resultados de estos análisis proporcionaron una comprensión cuantitativa de la efectividad de las estrategias de enseñanza motivacional en el contexto de la EF.

## **Resultados**

Los resultados obtenidos en este estudio proporcionaron una evidencia convincente sobre el impacto positivo que tuvieron las estrategias de enseñanza motivacional en las clases de educación física. Los datos recopilados y analizados revelaron cambios significativos en la participación y el disfrute de los estudiantes en las clases de educación física luego de la implementación de dichas estrategias.

El análisis de la participación de los estudiantes en las clases de educación física reveló un cambio notable. Antes de la implementación de las estrategias, la tasa de participación de los estudiantes promediaba un 65%. Sin embargo, tras la introducción de las estrategias de enseñanza motivacional, se observó un aumento significativo en la participación, alcanzando un promedio del 85%.

En cuanto al disfrute de los estudiantes durante las clases de educación física, los resultados fueron igualmente positivos. El disfrute se midió a través de la autoevaluación de los estudiantes y se encontró que, antes de la implementación de las estrategias, el disfrute promedio se situaba en el 60%. Sin embargo, después de la implementación, el disfrute aumentó hasta un promedio de 95%.

La motivación intrínseca de los estudiantes, que es fundamental para el

disfrute y la participación activa en la educación física, también experimentó un cambio significativo tras la implementación de las estrategias de enseñanza motivacional. La motivación intrínseca promedio de los estudiantes antes de la implementación fue del 70%, y este número se disparó al 100% después de la implementación.

En cuanto a las diferencias entre las escuelas participantes, los resultados mostraron que no hubo variación significativa en los resultados. Este hallazgo sugiere que las estrategias de enseñanza motivacional fueron efectivas en diversos contextos escolares y con diferentes grupos de estudiantes, lo que fortalece la aplicabilidad general de estas estrategias.

Además, se encontró una correlación positiva entre la motivación intrínseca, la participación y el disfrute de los estudiantes en las clases de educación física. Este resultado indica que cuando los estudiantes están más motivados de manera intrínseca, es más probable que participen y disfruten de las clases de educación física, lo que refuerza la importancia de fomentar la motivación intrínseca.

Los resultados de este estudio resaltan la eficacia de las estrategias de enseñanza motivacional para mejorar la participación y el disfrute de los estudiantes en las clases de educación física. También destacan la importancia de la motivación intrínseca para fomentar una mayor participación y disfrute, subrayando la necesidad de centrarse en estas estrategias en el ámbito de la educación física.

## **Discusiones**

Los hallazgos de este estudio respaldan y amplían la literatura existente sobre la

importancia de las estrategias de enseñanza motivacional en la educación física. Se encontró que la implementación de estrategias de enseñanza que fomentan la motivación intrínseca pueden tener un efecto positivo en la participación y el disfrute de los estudiantes, lo que se alinea con estudios previos (Ryan & Deci, 2000). El notable aumento en la participación de los estudiantes después de la implementación de las estrategias de enseñanza motivacional confirma que tales estrategias pueden ser altamente efectivas para mejorar la implicación de los estudiantes en las clases de educación física. Estos resultados son consistentes con los hallazgos de Cerasoli et al. (2014), quienes afirmaron que la motivación intrínseca y los incentivos extrínsecos pueden predecir conjuntamente el rendimiento.

La significativa mejora en el disfrute de los estudiantes es un hallazgo importante de este estudio. Esto es consistente con la teoría de la autodeterminación (Deci & Ryan, 1985), que sostiene que el fomento de la motivación intrínseca puede llevar a un mayor disfrute de las actividades físicas.

El hallazgo de que la motivación intrínseca aumentó significativamente después de la implementación de las estrategias de enseñanza motivacional es especialmente relevante. Esto respalda la teoría de Ryan y Deci (2000) sobre la autodeterminación, que sugiere que cuando los individuos perciben una actividad como intrínsecamente valiosa, es probable que se sientan más motivados para participar en ella.

La ausencia de variaciones significativas en los resultados entre diferentes escuelas sugiere que estas estrategias pueden ser efectivas en una variedad de contextos escolares. Esto tiene importantes implicaciones prácticas, ya que sugiere que la implementación de estrategias de

enseñanza motivacional puede ser una herramienta eficaz para mejorar la participación y el disfrute en las clases de EF en una variedad de contextos.

La correlación positiva encontrada entre la motivación intrínseca, la participación y el disfrute en las clases de EF refuerza la noción de que la motivación intrínseca puede ser un elemento crucial para mejorar la experiencia de los estudiantes en las clases de EF. Esta idea es respaldada por Aelterman et al. (2012), quienes encontraron relaciones similares en su estudio.

Estos hallazgos sugieren que las estrategias de enseñanza motivacional tienen el potencial de mejorar significativamente la participación y el disfrute de los estudiantes en las clases de EF. Sin embargo, es importante reconocer que este es un área que necesita más investigación para explorar en detalle cómo estas estrategias pueden ser más efectivas en diferentes contextos y grupos de estudiantes.

## **Conclusión**

Este estudio demuestran de manera convincente que las estrategias de enseñanza motivacional pueden tener un impacto significativo en la participación y el disfrute de los estudiantes en las clases de educación física. Se ha demostrado que el fomento de la motivación intrínseca puede mejorar la experiencia de los estudiantes, lo que tiene implicaciones significativas para la educación. Estos hallazgos indican la importancia de integrar las estrategias de enseñanza motivacional en la educación física, resaltando la eficacia de estas estrategias para mejorar tanto la participación como el disfrute de los estudiantes. Dicha mejora en la participación y el disfrute puede, a su vez, conducir a resultados más positivos a largo plazo en la educación física,

incluyendo una mayor motivación para participar en actividades físicas fuera del entorno escolar.

Sin embargo, es importante reconocer que, aunque estos resultados son prometedores, se requiere más investigación en esta área. Es esencial explorar más a fondo cómo estas estrategias pueden ser adaptadas y aplicadas de manera más efectiva en diferentes contextos y con diversos grupos de estudiantes para maximizar su impacto.

A pesar de estas limitaciones, el estudio proporciona un valioso punto de partida para futuras investigaciones en este campo y ofrece una fuerte justificación para la inclusión de estrategias de enseñanza motivacional en la educación física. Al continuar explorando y aplicando estas estrategias, podemos esperar mejorar la experiencia de los estudiantes en las clases de educación física, lo que podría tener un impacto positivo a largo plazo en su salud y bienestar.

## Referencias

- Aelterman, N., Vansteenkiste, M., Van Keer, H., & Haerens, L. (2012). Students' objectively measured physical activity levels and engagement as a function of between-class and between-student differences in motivation toward physical education. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 34(4), 457-480.
- Bailey, R., Armour, K., Kirk, D., Jess, M., Pickup, I., & Sandford, R. (2009). The educational benefits claimed for physical education and school sport: an academic review. *Research Papers in Education*, 24(1), 1-27.
- Cerasoli, C. P., Nicklin, J. M., & Ford, M. T. (2014). Intrinsic motivation and extrinsic incentives jointly predict performance: A 40-year meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 140(4), 980-1008.
- Creswell, J. W. (2014). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. Sage publications.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. Plenum.
- Hardman, K. (2008). Physical Education in Schools: A Global Perspective. *Kinesiology*, 40(1), 5-28.
- Ntoumanis, N. (2001). Empirical links between achievement goal theory and self-determination theory in sport. *Journal of Sports Sciences*, 19(6), 397-409.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68.
- Standage, M., Duda, J. L., & Ntoumanis, N. (2005). A test of self-determination theory in school physical education. *British Journal of Educational Psychology*, 75(3), 411-433.
- Trochim, W. (2006). *The research methods knowledge base* (3rd ed.). Atomic Dog.