

# RELACIÓN DEL DISFRUTE EN LA ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA CON LA AUTOEFICACIA MOTRIZ PERCIBIDA AL FINAL DE LA INFANCIA\*

Manuel Chamero Muñoz\*\*  
Javier Fraile García\*\*\*

## RESUMEN

Este trabajo ha explorado los niveles de disfrute con la actividad físico-deportiva y autoeficacia motriz percibida en una muestra de 307 escolares (155 chicos y 152 chicas) de 7 centros de la Comunidad de Madrid del último curso de la etapa de Primaria (6º curso, 11-12 años) con el propósito de conocer las diferencias por género y relación entre ambas variables afectivo-emocionales. Para ello, se procedió mediante un diseño ex post facto con los instrumentos PACES y E-AEM; los cuales mostraron altos niveles de fiabilidad ( $\alpha=0,85$  y  $\alpha=0,78$  respectivamente). Se concluye que a esas edades todavía no se manifiestan diferencias significativas por sexo en cuanto a los niveles de disfrute y autoeficacia motriz, mostrando una relación moderada entre ambas variables ( $r= 0,52$ ;  $R^2= 0,27$ ).

PALABRAS CLAVE: disfrute, autoeficacia motriz, infancia, adherencia.

## ABSTRACT

«Relationship The Enjoyment Of Physical Activity-Sports With The Perceived Physical Self-Efficacy At The End Of Children». This work has explored the levels of enjoyment to exercise regularly and perceived physical self-efficacy in a sample of 307 schoolchildren (155 boys and 152 girls) from 7 centers in the Community of Madrid at final year of Primary Education (6 th level , 11-12 years) in order to explore differences by gender and relationship between both affective-emotional variables. To do this, we proceeded through ex post facto design with the tools PACES and E-AEM, which showed high levels of reliability ( $\alpha = 0.85$  and  $\alpha = 0.78$  respectively). We conclude that at this age do not show significant sex differences still in the levels of enjoyment and physical self-efficacy, showing a moderate relationship between both variables ( $r= 0,52$ ;  $R^2= 0,27$ ).

KEY WORDS: enjoyment, physical self-efficacy, childhood, adhesion.



## 1. INTRODUCCIÓN

En la actualidad, de forma periódica, continúan publicándose investigaciones sobre la situación de alarma que desde el punto de vista de la salud significa el aumento continuado de la obesidad y el sobrepeso en la edad infantil. El ejemplo más reciente en nuestro ámbito nacional ha sido el estudio ALADINO (Alimentación, Actividad física, Desarrollo infantil y Obesidad) por la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN, 2011), el cual revela que el 45,2% de los escolares en edad infantil llega a alcanzar unas cuotas del 26,1% en sobrepeso y 19,1% en obesidad. Además, dicho estudio puntualiza la relación directa que existe entre esta problemática de salud infantil con el sedentarismo y, más concretamente, con el tiempo que los escolares dedican al ocio pasivo (televisión, ordenador, videojuegos...) al presentar unas cuotas del 48,9% (más de 2 horas diarias) en escolares con sobrepeso y obesidad.

Dentro de los orígenes multicausales de este complejo problema (Sallis, Prochaska y Taylor, 2000), en los últimos años está surgiendo una corriente de investigación en el campo de la actividad física centrada en el estudio de aquellos factores afectivos y emocionales (motivación, disfrute, actitud, autoestima...) que pueden incidir en sus orígenes. De gran interés para el periodo evolutivo que nos interesa, el final de la infancia (11-12 años), encontramos el disfrute con la actividad físico-deportiva y autoeficacia motriz percibida. Al tratarse de una etapa evolutiva del desarrollo humano, donde *«los retos afectivo-emocionales comienzan a explicar el comportamiento de la conducta humana»* (Miras, 2001, p. 312). En este sentido, el disfrute y la autoeficacia, se trata de rasgos motivacionales de la personalidad humana que constituyen variables donde se refleja la forma que tiene cada individuo de afrontar su realidad vital e interaccionar con el entorno físico y social, traspasando al ámbito de la actividad física o ejercicio físico (Chen, 2001). De hecho, ambos factores afectivo-emocionales (disfrute y autoeficacia) juegan un papel relevante en esta etapa escolar. Sobre todo en la construcción del proceso de adherencia al ejercicio físico (Cervelló, 1996). A su vez, el final de la infancia y principio de la adolescencia, se trata de una etapa en la que el abandono de los hábitos de actividad física-deportiva comienza a ponerse de manifiesto. Desde el final de la Educación Primaria (11-12 años) hasta el final de la Educación Secundaria (15-16 años), se manifiesta un descenso significativo de los niveles de actividad física en los escolares (Casimiro, 1999).

Sobre ambos constructos, el disfrute se ha concebido como el estado positivo de afecto que refleja sentimientos como el placer, el gusto y la diversión durante la actividad físico-deportiva (Moore *et al.*, 2009). Mientras que a la autoeficacia motriz, como aquella percepción o sensación de competencia que tiene uno mismo a la hora

---

\* Fecha de recepción: 15/05/2012; Fecha de aceptación: 30/10/2012.

\*\* Maestro de Educación Física CEIP Gerardo Diego, Leganés.

\*\*\* Maestro de Educación Física CEIP León Felipe, Fuenlabrada.

de manejar de forma eficaz situaciones vinculadas a la actividad física (Hernández y Garoz, 2007).

En cuanto a las investigaciones del disfrute con la actividad físico-deportiva llevadas a cabo en nuestro país con población escolar, destacan las aportaciones de Moreno *et al.* (2008) y Fernández, Sánchez Bañuelos y Salinero (2008). En ambos estudios, se llega a la conclusión de que la sensación de disfrute es uno de los principales motivos de práctica-deportiva de la población escolar. De esta forma los factores afectivo-emocionales comienzan a tener relevancia para la práctica físico-deportiva en la edad adolescente, acentuándose su peso en la edad adulta. Todo ello coincide con las aportaciones de García Ferrando y Llopis (2011), donde el 70% de la población española encuestada practicaba ejercicio físico sin preocuparse de competir, figurando entre los motivos de práctica más destacados la diversión, con un 47%.

De igual modo, se producen diferencias entre las edades infantil, adolescente y adulta sobre las inclinaciones hacia la práctica físico-deportiva. Los niños y adolescentes buscarían en el ejercicio físico la diversión, el placer de jugar y el perfeccionamiento de sus aptitudes. Mientras que los adultos son más proclives a realizarlo por razones de salud (Castillo y Balaguer, 2001). Para Gómez, Gámez y Martínez (2011, p. 185), *«uno de los factores que afectan a la continuidad de participación en actividades físicas es el nivel de disfrute en la participación»*. Ante ello, se pone de manifiesto la existencia de un paralelismo entre los motivos de la práctica de actividad física y los motivos de abandono. Entre ellos, la diversión suele ser uno de los motivos más citados en dichos casos. Como señala Moreno *et al.* (2008, p. 174), *«cuando una persona no satisface los motivos que le llevaron a iniciarse en la práctica físico-deportiva, cambia de actividad o abandona la misma»*.

En relación con la autoeficacia motriz percibida, de gran relevancia han sido las aportaciones de Hernández *et al.* (2008 y 2011), también con población escolar. Desde sus investigaciones se desprende que la autoeficacia motriz percibida influye en el tipo de actividad físico-deportiva en la que los escolares se implican; pudiéndose convertir en un indicador del tiempo e intensidad con la que se comprometen en su realización. Como aportan los propios autores, *«la percepción de eficacia motriz es un mediador relevante del comportamiento de los escolares en relación con la práctica de actividad física»* (Hernández *et al.* 2011, p. 14). De igual modo se pronuncian Balaguer, Escartí y Villamarín (1995, p. 155): *«las personas que se perciben más competentes se sienten más motivados para iniciarse en la práctica deportiva»*.

En concreto, algunas investigaciones señalan que una mejor percepción de la autoeficacia motriz se traduce en mayores posibilidades de disfrutar con la actividad física y de mantener el interés por seguir practicándola (Hellín, Moreno y Rodríguez, 2006). De hecho, son los propios autores los que afirman que *«cuando la práctica física resulta satisfactoria para el sujeto se produce en éste un juicio favorable sobre su propia habilidad y una actitud positiva hacia la misma»* (p. 219). Así pues, ambos factores afectivo-emocionales se postulan como determinantes a la hora de continuar o abandonar en sus prácticas de actividad físico-deportiva. De hecho, es más probable que un individuo que disfruta y se percibe autoeficaz desde el punto de vista motor, consolide hábitos de práctica físico-deportiva frente a uno que no se percibe así.



Por todo lo anterior, ya sea por su valor educativo para el crecimiento personal como por las repercusiones sobre la conformación de un estilo de vida activo, el disfrute y la autoeficacia motriz percibidas en las actividades físicas son factores afectivo-emocionales importantes de explorar en los escolares. Sobre todo, cuando se finaliza la etapa educativa de Primaria, justo antes de la Secundaria. Es en esta transición, según García Ferrando y Llopis (2011), donde el 35% del alumnado ya practica menos de 3 horas de actividad física semanal. Considerándola como una población sedentaria de riesgo. Además, de gran interés sería comprobar la posible interacción entre ambas variables motivacionales: disfrute y autoeficacia. A la hora de saber si verdaderamente aquellos escolares que se sienten motrizmente eficaces, tienen una tendencia a disfrutar más a la hora de realizar alguna actividad físico-deportiva.

Es por tanto la finalidad de la presente investigación responder a un doble interrogante: (a) Conocer si existen diferencias por sexo, al finalizar la etapa de la infancia, en el disfrute con la actividad físico-deportiva y la autoeficacia motriz, y (b) Comprobar la relación entre el nivel de disfrute con la actividad físico-deportiva y autoeficacia motriz percibida.

## 2. MÉTODO

### PARTICIPANTES

La muestra está formada por 307 participantes de 11 a 12 años, estudiantes de 6º curso de Educación Primaria pertenecientes a 7 centros educativos de la Comunidad de Madrid (tabla 1).

TABLA I. DISTRIBUCIÓN DE LA MUESTRA			
	GÉNERO		TOTAL
	<i>Chicos</i>	<i>Chicas</i>	
Frecuencia (n)	155	152	307
Porcentaje (%)	50,5	49,5	100

La selección se llevó a cabo por muestreo incidental, por motivos de fácil acceso y participación de la muestra consultada. Destacamos que la distribución de la muestra es equilibrada en cuanto a la variable género: 155 chicos = 50,5%; 152 chicas = 49,5%.

### DISEÑO E HIPÓTESIS

Se ha planteado un diseño ex post facto retrospectivo, ya que las variables de estudio se han investigado una vez que éstas se han producido (León y Montero, 2004). Al mismo tiempo, la investigación se inicia para proporcionar una respuesta



a dos problemáticas o interrogantes de conocimiento, las cuales han sido formuladas para su contraste estadístico mediante sus hipótesis:

- Existen diferencias en los niveles de disfrute con la actividad físico-deportiva y autoeficacia motriz percibida entre chicos y chicas tras finalizar la infancia.
- Existe una relación entre los niveles declarados de disfrute con la actividad físico-deportiva y autoeficacia motriz percibida tras finalizar la infancia.

## INSTRUMENTOS

Las herramientas seleccionadas y aplicadas en la presente investigación para la obtención de los niveles de disfrute con la actividad físico-deportiva y autoeficacia motriz percibida han sido la *Physical Activity Children Enjoyment Scale* (PACES) y *Escala de Autoeficacia Motriz* (E-AEM), respectivamente (ver apéndices).

Sobre el PACES (Escala de Disfrute en la Actividad Física), se optó por la contextualización en población española de Moreno *et al.* (2008), de la versión de Motl *et al.* (2001). Se trata de una versión adaptada a población joven, tras la utilizada por De Gracia y Marcó (2000) en sus investigaciones con personas mayores (61-77 años), lo que facilita enormemente la comprensión de sus ítems. Dicha versión, traducida al castellano, mide el grado de satisfacción cuando se realiza actividad física. Según Fernández, Sánchez Bañuelos y Salinero (2008, p. 891), «*fue diseñada para examinar las sensaciones positivas relacionadas con el disfrute en la práctica de actividad física en distintos contextos o ámbitos de aplicación*». Para Moreno *et al.* (2008, p. 175), «*esta escala se ha mostrado como una de las más útiles para medir el disfrute en el ámbito de la actividad física y del deporte*».

Consta de 16 ítems, precedidos de la frase «*Cuando estoy activo (haciendo ejercicio físico o actividad física, practicando algún deporte o juego...)*», para ser evaluados mediante una escala tipo Likert de cinco posibles respuestas: «*Totalmente desacuerdo*», «*Algo en desacuerdo*», «*Indiferente*», «*Algo de acuerdo*» y «*Totalmente de acuerdo*». De los cuales, 9 ítems hacen referencia a sensaciones o sentimientos positivos de aceptación hacia la actividad físico-deportiva, mientras que los 7 ítems restantes aluden a sensaciones o sentimientos negativos de rechazo hacia la actividad físico-deportiva. Ello nos proporciona unas preguntas directas (sentimientos positivos) y preguntas indirectas (sentimientos negativos), lo que facilita con este diseño eliminar el efecto columna del instrumento. En las Preguntas Directas (PD) la valoración de puntuación es de la siguiente manera: 1 = «*Totalmente desacuerdo*», 2 = «*Algo en desacuerdo*», 3 = «*Indiferente*», 4 = «*Algo de acuerdo*», y 5 = «*Totalmente de acuerdo*». Mientras que en las Preguntas Inversas (PI), la valoración de puntuación es a la inversa: 5 = «*Totalmente desacuerdo*», 4 = «*Algo en desacuerdo*», 3 = «*Indiferente*», 2 = «*Algo de acuerdo*», y 1 = «*Totalmente de acuerdo*». De la escala, se obtiene una puntuación total mediante el sumatorio de ambos tipos de preguntas (PD y PI), interpretadas en un rango de 16 a 80 puntos (16 equivale al mínimo nivel de disfrute con la actividad físico-deportiva y 80 equivale al máximo nivel de disfrute con la actividad físico-deportiva).



En cuanto a la E-AEM, se aplicó la versión de Hernández *et al.* (2008 y 2011), al ser una escala propia y específica del ámbito de la motricidad humana. Puesto que las escalas de autoeficacia general (Baessler y Schwarzer, 1996) sólo suelen incluir dos o tres ítems referidos al deporte o actividades físicas habituales en Educación Física. Como es el caso de la *Children's Perceived Self-efficacy Scale* (CPS-S), utilizada en las investigaciones de Carrasco y del Barrio (2002). Por ello, se seleccionó la E-AEM al ser un instrumento que «alude a la creencia personal de competencia ante los retos de habilidad y resolución de problemas que implica la participación en actividades físicas» (Hernández *et al.*, 2011, p. 15). Se trata de una escala diseñada como un autoinforme que cuenta con diez ítems que describen posibles situaciones a la hora de practicar actividad físico-deportiva. Al encuestado se le solicita que valore en qué medida está de acuerdo con las afirmaciones que enuncian, ofreciendo para ello un formato de respuesta de medida interválica de cuatro puntos mediante una escala de tipo Likert (1 = «Nada de acuerdo», 2 = «Poco de acuerdo», 3 = «Bastante de acuerdo», y 4 = «Totalmente de acuerdo»). En definitiva, proporciona información de la percepción o expectativa que tienen los encuestados sobre ellos mismos para manejar de forma eficaz situaciones vinculadas a la actividad física. La puntuación sumatoria se interpreta en un rango de 10 a 40 puntos (10 equivale a la mínima percepción de autoeficacia motriz y 40 equivale a la máxima percepción de autoeficacia motriz).

Ambos instrumentos, PACES y E-AEM, son herramientas válidas, fiables y operativas para la población escolar española (PACES de 12 a 17 años y E-AEM de 13 a 17 años). Si bien es cierto que, al ser aplicadas en población infantil y no adolescente, pueden verse mermadas sus propiedades psicométricas. Por ello, no es recomendable ser aplicadas en población más joven de 11-12 años (último curso de la Educación Primaria). Aunque en el caso de la E-AEM, sí existen experiencias positivas en edades menores de 10 a 12 años (Hernández *et al.*, 2008). Por último, señalemos que los niños y niñas consultados en la presente investigación no mostraron problemas ni dificultades en la comprensión y realización de ambas escalas.

## PROCEDIMIENTO

Se estableció una comunicación con los centros participantes a la hora de solicitar su colaboración, difundiendo entre la comunidad educativa los fines y propósitos del mismo. Finalmente, se obtuvo la autorización de los respectivos equipos directivos. En un primer momento, se llevó a cabo una prueba piloto de ambas escalas a modo de entrevista, con un número muy reducido de participantes. Con el fin de asegurar la buena comprensión de los ítems y validez de campo de los instrumentos, los cuales manifestaron entender todas sus preguntas. Ambos instrumentos se administraron por grupos de aula-clase en presencia del maestro-tutor y maestro especialista en Educación Física del centro, quienes explicaron las instrucciones sobre cómo responder a ambas escalas y resolviendo las posibles dudas surgidas. En todo momento, se insistió a los escolares en el anonimato y sinceridad en sus respuestas. La recogida de los instrumentos se realizó de forma individual



para comprobar que ninguna pregunta quedara en blanco. El tiempo empleado para completar los cuestionarios osciló entre 10 y 15 minutos aproximadamente.

## ANÁLISIS DE DATOS

El tratamiento estadístico de los datos se llevó a cabo mediante el programa informático IBM SPSS Statistics 18. Una vez recogidos los datos, se procedió a comprobar la normalidad en la distribución de los mismos mediante la *Prueba Kolmogorov-Smirnov*. Mediante la aplicación se empleó tanto una estadística descriptiva como estadística inferencial de contraste paramétrico complementada por otro de tipo no paramétrico. Sobre los estadísticos descriptivos utilizados destacan: Media ( $M$ ), Desviación Típica ( $DT$ ), Frecuencia ( $n$ ) y Porcentaje (%). Mientras que, de las pruebas paramétricas: *T Student*, *Pearson* y *Regresión Lineal*; y no paramétricas: *Mann-Whitney* y *Spearman*.

### 3. RESULTADOS

#### OBJETIVO I. RESULTADOS OBTENIDOS POR LAS ESCALAS

En primer lugar, con el propósito de conocer la distribución de los datos proporcionados por ambas escalas, se aplicó la prueba de Kolmogorov-Smirnov. Esta prueba nos permite verificar, en muestras de más de 50 casos ( $n > 50$ ), el supuesto de normalidad en las variables estudiadas (tabla II). Al aplicar la prueba (figura II), se comprobó que tanto la variable ‘disfrute con la actividad físico-deportiva’ como la ‘autoeficacia motriz percibida’ no cumplían el supuesto de distribución normal establecido para nuestro grado de significación estadística ( $p > 0.05$ ).

TABLA II. PRUEBA DE NORMALIDAD EN PACES Y E-AEM		
	PRUEBA DE KOLMOGOROV-SMIRNOV	
	Estadístico	Sig. ( $p$ )
PACES	0.137	0.000
E-AEM	0.106	0.000

\*  $p > 0.05$  expresa una distribución normal.

No obstante, a pesar de que ambas variables no se ajustaban completamente a un modelo estadístico de distribución normal para la muestra, se optó por proceder con pruebas de contraste paramétrico gracias al tamaño considerable de la misma ( $n > 307$ ). Empleando, al mismo tiempo, pruebas de contraste no paramétrico para contrastar los hallazgos estadísticos obtenidos en las primeras. Para Bisquerra (2004, pp. 267-268), «*aunque no se confirme estrictamente el supuesto de normalidad, se pueden*



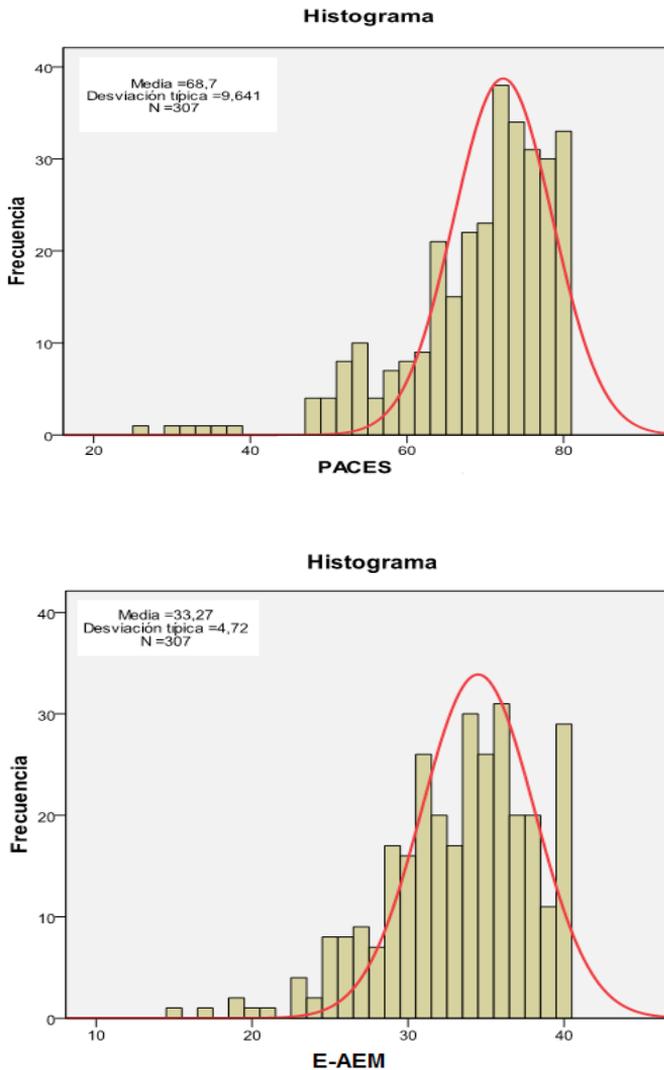


Figura II. Gráficos de normalidad en PACES y E-AEM.

*aplicar pruebas paramétricas y no paramétricas, conociendo los efectos que ello pueda suponer sobre los resultados obtenidos».*

Mientras, sobre los estadísticos descriptivos, los escolares consultados declararon un ‘disfrute con la actividad físico-deportiva’ y una ‘autoeficacia motriz percibida’ de tendencia alta; con unos valores medios de 68 puntos ( $M= 68,70$ ;  $DT=9,64$ ) y 33 puntos ( $M= 33,27$ ;  $DT=4,72$ ) en sus respectivas escalas (tabla III).

TABLA III. ESTADÍSTICOS DESCRIPTIVOS PACES Y E-AEM						
	PACES			E-AEM		
	M	DT	MIN-MAX	M	DT	MIN-MAX
Chicos	69,12	±9,60	26-80	33,43	±4,59	19-40
Chicas	68,28	±9,69	29-80	33,10	±4,85	15-40
Global	68,70	±9,64	26-80	33,27	±4,72	15-40

En el caso de segmentar la muestra por sexo, los chicos (PACES:  $M= 69,12$ ;  $DT=9,60$ ) (E-AEM:  $M= 33,43$ ;  $DT=4,59$ ) frente a las chicas (PACES:  $M= 68,28$ ;  $DT=9,69$ ) (E-AEM:  $M= 33,10$ ;  $DT=4,85$ ) declaraban niveles ligeramente superiores de satisfacción y percepción en ambas variables investigadas: ‘disfrute con la actividad físico-deportiva’ y ‘autoeficacia motriz percibida’.

Con el propósito de conocer si las diferencias entre los niveles mostrados por sexo eran estadísticamente significativas, se recurrió a la *Prueba T para muestras independientes* (tabla iv). Prueba de tipo paramétrico que nos permite determinar si las medias de dos grupos (chicos y chicas) son lo suficientemente diferentes para inferir que proceden de poblaciones con distinta media. Además de complementarla mediante la inferencia de otro tipo de prueba no paramétrica como es la *Prueba de Mann-Whitney* (tabla v).

TABLA IV. PRUEBA T PARA MUESTRAS INDEPENDIENTES			
VARIABLE DE AGRUPACIÓN: CHICOS / CHICAS			
		Prueba de Levene para la igualdad de varianzas (Sig.)	Prueba T para la igualdad de medias Sig. (Bilateral)
PACES	Se han asumido varianzas iguales	0,628	0,450
	No se han asumido varianzas iguales		0,450
E-AEM	Se han asumido varianzas iguales	0,987	0,537
	No se han asumido varianzas iguales		0,537

\*  $p < 0.05$  expresa diferencias estadísticamente significativas

TABLA V. PRUEBA DE MANN-WHITNEY		
VARIABLE DE AGRUPACIÓN: CHICOS/CHICAS		
	U de Mann-Whitney	Sig. asintót. (bilateral)
PACES	10890,000	11368,000
E-AEM	0,252	0,595

\*  $p < 0.05$  expresa diferencias estadísticamente significativas



Las pruebas aplicadas revelaron que las diferencias entre los niveles obtenidos por sexo en las dos escalas no eran estadísticamente significativas. En la *Prueba de Levene* se asume la igualdad de varianza o dispersión para los dos grupos en ambos instrumentos ( $p > 0.05$ ) (PACES = 0,628; E-AEM = 0,987). A la vez que, en la significación estadística: *Sig. (Bilateral)*, los valores son superiores a  $p < 0.05$  (PACES = 0,628; E-AEM = 0,987). Lo que confirma que los dos grupos (chicos y chicas) no difieren en el ‘disfrute con la actividad físico-deportiva’ y ‘autoeficacia motriz percibida’ de forma estadísticamente significativa. La *Prueba de Mann-Whitney* de tipo no paramétrico obtiene valores en la misma línea (PACES = 0,252; E-AEM = 0,595). Por tanto, de los resultados obtenidos, se puede afirmar que no existen diferencias en el nivel de ‘disfrute con la actividad físico-deportiva’ y ‘autoeficacia motriz percibida’ entre chicos y chicas al finalizar la infancia.

Mientras, para estimar la fiabilidad de los instrumentos, se llevó a cabo un análisis mediante el coeficiente de *Alfa de Cronbach*. Indicador que nos permite determinar la consistencia interna de cualquier tipo prueba con ítems que tengan escalas de valores distintos, ya sea en nuestro caso de tipo Likert (Thomas y Nelson, 2007).

TABLA VI. CONSISTENCIA INTERNA DE LOS INSTRUMENTOS

	PACES	E-AEM
<i>Alfa de Cronbach</i>	0,859	0,781

Tal y como se comprobó (tabla vi), tanto el PACES como la E-AEM revelaron buena consistencia interna en su aplicación en escolares con edades comprendidas entre los 11-12 años.

## OBJETIVO 2. RELACIONES ENTRE LAS VARIABLES ESTUDIADAS

Tras comprobar que la medición de las variables estudiadas fueron fiables (PACES,  $\alpha = 0,85$ ; E-AEM,  $\alpha = 0,78$ ), se pasó a observar la relación entre ambas. Para ello, se recurrió a una correlación simple (variable\*variable).

TABLA VII. CORRELACIONES ENTRE LAS VARIABLES

	PEARSON ( $r_{xy}$ )	SPEARMAN ( $p_r$ )
	PACES	E-AEM
PACES	1	0,519**
Sig. (bilateral)	0,000	0,000
E-AEM	0,521**	1
Sig. (bilateral)	0,000	0,000

\*\* Correlación significativa a nivel 0,01 (bilateral)

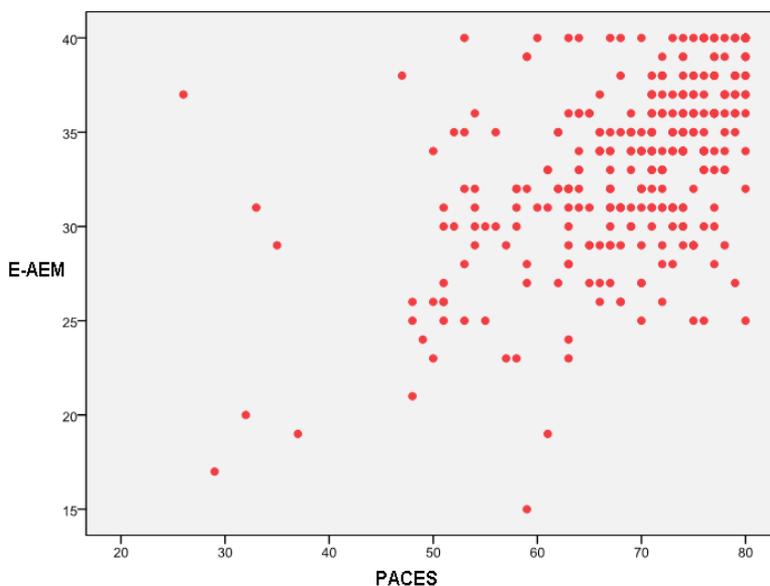


Figura IV. Diagrama de puntos entre PACES y E-AEM.

Las correlaciones nos permitieron observar la existencia de relaciones —valores de  $r$  en niveles críticos de significatividad  $p < 0,01$ — entre las puntuaciones obtenidas en el ‘disfrute con la actividad físico-deportiva’ y ‘autoeficacia motriz percibida’ (tabla VII). Mediante el *coeficiente de correlación de Pearson* ( $r_{xy}$ ) —prueba de tipo paramétrica— y el *coeficiente de correlación Rho Spearman* ( $\rho_s$ ) —prueba de tipo no paramétrica—, se cuantificó y distinguió el tipo de relación existente entre las variables investigadas.

Tal y como se comprueba en la tabla VII, ambos índices (Thomas y Nelson, 2007) mostraron una intensidad de asociación entre variables de tipo moderado (0,41 a 0,6). En concreto, una relación lineal positiva, donde a valores altos en la ‘variable disfrute con la actividad físico-deportiva’ corresponden valores altos en la otra variable de ‘autoeficacia motriz percibida’. De igual modo, sucede con valores bajos, ya que puntuaciones bajas en el ‘disfrute de la actividad físico-deportiva’ corresponden puntuaciones bajas de ‘autoeficacia motriz percibida’ (figura IV).

Finalmente, con el objetivo de seguir analizando la relación o asociación entre las variables ‘disfrute con la actividad físico-deportiva’ y ‘autoeficacia motriz percibida’, se llevó a cabo el cálculo de un modelo de *regresión lineal* (tabla VIII y figura V). Mediante la *recta de regresión* entre ambas variables se obtuvo valores medios pronosticados de una variable sobre la otra. Donde la puntuación del PACES es la variable predictor o constante sobre la otra variable dependiente, la puntuación en la E-AEM. El  $R^2$  (0,272), como coeficiente de correlación de las dos variables, informó del grado de explicación de una sobre la otra.



Así, la variable ‘disfrute con la actividad físico-deportiva’ forma parte de la ecuación de la recta de regresión; abarcando en su conjunto hasta un 27,2% de la variación de la variable dependiente ‘autoeficacia motriz percibida’. En cuanto a las diferencias de las puntuaciones obtenidas en el PACES entre los escolares, el 27,2% de las mismas, tienen su origen en las puntuaciones obtenidas por esos mismos participantes en la E-AEM.

TABLA VIII. MODELO DE REGRESIÓN LINEAL					
MODELO	SUMA DE CUADRADOS	GL	MEDIA CUADRÁTICA	F	SIG.
Regresión	1852,675	1	1852,675	113,800	0,000 <sup>a</sup>
Variable dependiente: E-AEM					
Variable Constante PACES	COEFICIENTE NO ESTANDARIZADO		COEFICIENTES TIPIFICADOS		
	B	Error tip.	Beta		
	15,733	1,660			
	0,255	0,024	0,521		
RESUMEN DEL MODELO					
R	R CUADRADO	R CUADRADO CORREGIDA	ERROR TÍP. DE LA ESTIMACIÓN		
0,521	0,272	0,269	4,035		

<sup>a</sup> Variable predictor: PACES y Variable dependiente: E-AEM.

\* p < 0.05 expresa significatividad estadística.

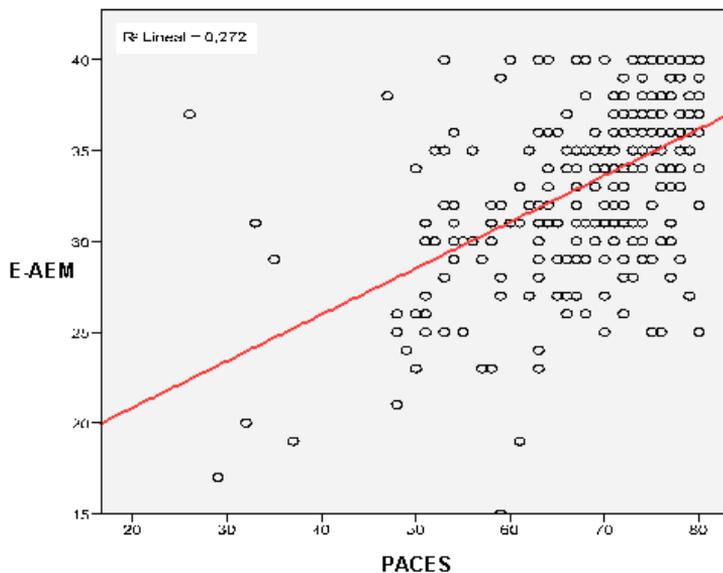


Figura V. Recta de regresión entre PACES y E-AEM.

Por tanto, de los resultados obtenidos, con una probabilidad de significación estadística inferior a 0,05 ( $p$ ), se puede inferir la existencia de una relación moderada entre el 'disfrute con la actividad físico-deportiva' y 'autoeficacia motriz percibida' al finalizar la infancia.

#### 4. DICUSIÓN Y CONCLUSIONES

En relación a los perfiles de disfrute y autoeficacia motriz encontrados en los escolares consultados en la presente investigación. Sobre la primera variable (PACES<sub>Global</sub> = 68,70 ± 9,64; PACES<sub>Chicos</sub> = 69,12 ± 9,60; PACES<sub>Chicas</sub> = 68,28 ± 9,69) arrojan unos hallazgos similares a los encontrados por otras investigaciones como las de Fernández, Sánchez Bañuelos y Salinero (2008) y Moreno *et al.* (2008). En este sentido también, a las edades consultadas (11-12 años) los infantes declaraban todavía una tendencia alta en el disfrute con la actividad físico-deportiva. Esta tendencia es proclive a descender a medida que nos adentramos en la adolescencia, sobre todo entre las chicas. Sin encontrar tampoco diferencias significativas entre ambos sexos en edades tempranas, pero sí a medida que aumentaba la edad.

Acerca de la segunda variable (E-AEM<sub>Global</sub> = 33,27 ± 4,72; E-AEM<sub>Chicos</sub> = 33,43 ± 4,59; E-AEM<sub>Chicas</sub> = 33,10 ± 4,85), los resultados hallados se enmarcan dentro de los valores proporcionados en otras investigaciones (Hernández *et al.*, 2008. E-AEM<sub>Global</sub> = 29,60 ± 5,58; E-AEM<sub>Chicos</sub> = 30,11 ± 5,98; E-AEM<sub>Chicas</sub> = 29,04 ± 5,10) con edades similares a la nuestra (10-12 años) pero con muestras mayores (n=1246). En este sentido, se encuentra también una tendencia alta hacia una percepción de la autoeficacia motriz positiva. No encontrando tampoco diferencias significativas entre ambos sexos en las edades señaladas, pero sí a medida que aumenta la edad (a partir de los 12 años) en favor de los chicos frente a las chicas. Como apuestan Hernández *et al.* (2008, p. 88),

es relevante que las diferencias por sexo aumenten de forma significativa desde los 12 años (factor de interacción edad\*sexo), coincidiendo con un significativo abandono de la actividad física a partir de esa edad, especialmente entre las chicas.

De igual modo, nuestros hallazgos coinciden con las investigaciones llevadas a cabo por Arruza y González (2000) en la provincia de Guipúzcoa. Al no encontrar en su investigación diferencias significativas entre chicos y chicas de 10-12 años sobre la diversión y competencia motriz percibida. Si bien es cierto, para su investigación se emplearon otros instrumentos y escalas de medida diferentes.

Al mismo tiempo, llama la atención que en nuestra propia investigación un 16,6% (n=51) y 19,8% (n=61) de los escolares consultados muestran una medio-baja tendencia al disfrute ( $\leq 59$  puntos) y autoeficacia motriz ( $\leq 29$  puntos), respectivamente. Es decir, aproximadamente casi 2 de cada 10 escolares no disfrutaban ni se perciben competentes en sus actividades físico-deportivas. Tal y como nos advierten Hernández y Garoz (2007, p. 139),

a medida que aumenta la edad se experimentan fracasos parciales en la confrontación con diferentes situaciones académicas, sociales y familiares.



Ello, unido a una mayor capacidad de autocrítica, puede mermar el nivel de ambos factores afectivo-emocionales en la práctica de actividades físico-deportivas. Sin embargo, se ha de tener presente que los resultados obtenidos no guardan relación directa con la realidad. Puesto que, para la diversión y autoeficacia motriz, influyen factores más subjetivos que objetivos en su declaración y percepción respectivamente.

En síntesis, desde los hallazgos encontrados, no se han observado diferencias significativas entre chicos y chicas sobre sus niveles de disfrute y autoeficacia motriz percibidos. Sin embargo, otras investigaciones vaticinan lo contrario a medida que aumenta la edad de los escolares (Moreno y Cervelló, 2005; Moreno y Vera, 2008).

En cuanto a la fiabilidad estimada de ambas escalas mediante el coeficiente de *Alfa de Cronbach* (PACES,  $\alpha = 0,85$ ; E-AEM,  $\alpha = 0,78$ ), en la presente investigación se obtienen estadísticos en rangos parecidos a otros estudios. Para el PACES, en Moreno *et al.* (2008) un ( $\alpha = 0,85$ ), y en Fernández, Bañuelos y Salinero (2008), con su versión reducida de 6 ítems, un ( $\alpha = 0,85$ ). Mientras que para la E-AEM, en Hernández *et al.* (2008), un ( $\alpha = 0,86$ ) para mayores de 13 años y un ( $\alpha = 0,84$ ) para escolares entre 10-12 años; y en Hernández *et al.* (2011) un ( $\alpha = 0,89$ ). Ambos instrumentos se presentan como escalas apropiadas de ser aplicadas con la debida fiabilidad en población escolar al finalizar la edad infantil.

Finalmente, sobre la interrelación entre ambas variables de disfrute y autoeficacia motriz percibida. En investigaciones anteriores, Hernández *et al.* (2011), se puso de manifiesto una correlación moderada de la autoeficacia motriz con variables de tipo motriz como: velocidad-agilidad ( $r = - 0,43$ ;  $R^2 = 0,18$ ), coordinación dinámica general ( $r = - 0,32$ ;  $R^2 = 0,10$ ) y capacidad de adaptación cardiovascular ( $r = - 0,24$ ;  $R^2 = 0,06$ ). En cambio, no abundan las líneas de investigación centradas en comprobar la correlación existente entre esta variable y otras de tipo afectivo-emocional, como pudiera ser el disfrute con la actividad físico-deportiva.

En nuestra investigación, hemos hallado una correlación de tipo moderada entre ambas variables ( $r = 0,52$ ;  $R^2 = 0,27$ ). Lo que puede llegar a explicar la autoeficacia motriz como un factor potencial en la sensación de disfrute y persistencia en las tareas motrices, que suponen y requieren un esfuerzo y continuidad para alcanzar los objetivos propuestos. Mientras que a su vez, el disfrute se puede postular como un componente clave en la percepción de la competencia motriz ante los retos y dificultades que conlleva la realización de cualquier tipo de ejercicio o actividad física.

Con todo ello, se hace necesario que desde nuestra área curricular de Educación Física, en concreto desde la intervención del profesorado, se estimule entre el alumnado las sensaciones de disfrute y autoeficacia motriz percibida en las actividades físico-deportivas de clase. En el caso del disfrute, como aportan Gómez, Gámez y Martínez (2011, p. 190),

reflexionar sobre el desarrollo de los contenidos curriculares tratados e intereses del alumnado, así como sobre las estrategias metodológicas utilizadas.

Mientras para la autoeficacia motriz, como aportan Hernández *et al.* (2008, p. 89),



promoviendo, el desarrollo de sentimientos de confianza en la realización de las tareas motrices y haciendo conscientes a los alumnos, y especialmente a las alumnas, de sus progresos y objetivos logrados.

Por último, apuntemos que en futuras investigaciones se debería profundizar sobre la relación existente entre el disfrute y la autoeficacia motriz percibida con otro tipo de variables afectivo-emocionales que intervienen en la práctica de actividades físico-deportivas, tales como motivación, preferencias, actitudes... Así como el peso que tienen las mismas en los niveles (frecuencia, intensidad, tipo...) de actividad física que presentan actualmente nuestros escolares entre las etapas de Primaria y Secundaria, al ser el periodo evolutivo donde se fragua el proceso de adherencia al ejercicio físico.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- AESAN (2011). *Estudio de prevalencia de obesidad infantil, ALADINO*. Madrid: Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Obtenido el 1-4-2012 en: <http://www.naos.aesan.mssi.gob.es/naos/investigacion/aladino/>.
- ARRUZA, José Antonio y GONZÁLEZ, Itziar (2000). *Análisis del impacto psicosocial del deporte escolar en la población escolar de Guipúzcoa*. San Sebastián: UPV. Obtenido el 29-3-2012 en: <http://www.kirolbegi.net/docs/reports/impacto.pdf>.
- BAESSLER, Judith y SCHWARCER, Ralf (1996). Evaluación de la autoeficacia: Adaptación española de la escala de Autoeficacia General. *Ansiedad y Estrés*, 2 (1), 1-8.
- BALAGUER, Isabel, ESCARTÍ, Amparo y VILLAMARÍN, Francisco (1995). Autoeficacia en el deporte y en la actividad física: estado actual de la investigación. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 48 (1), 139-159. Obtenido el 31-3-2012 en: <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2378920>.
- BISQUERRA, Rafael (2004). *Metodología de la investigación educativa*. Madrid: La Muralla.
- CARRASCO, Migue Ángel y DEL BARRIO, María Victoria (2002). Evaluación de la autoeficacia en niños y adolescentes. En *Psicothema*, 14 (2), 323-332. Obtenido el 2-4-2012 en <http://www.psicothema.com/pdf/727.pdf>.
- CASIMIRO, Antonio (1999). *Comparación, evolución y relación de hábitos saludables y nivel de condición física-salud en escolares, entre el final de educación primaria (12 años) y final de educación secundaria (16 años)*. (Tesis Doctoral, Universidad de Granada).
- CASTILLO, Isabel y BALAGUER, Isabel (2001). Dimensiones de los motivos de práctica deportiva de los adolescentes valencianos escolarizados. En *Apunts. Educación Física y Deportes*, 63, 22-29. Obtenido el 2-4-2012 en [http://articulos-apunts.edittec.com/63/es/063\\_022\\_029ES.pdf](http://articulos-apunts.edittec.com/63/es/063_022_029ES.pdf).
- CHEN, Ang (2001). A theoretical conceptualisation for motivation research in physical education: an integrated perspective. En *Quest*, 53, 35-58. Obtenido el 2-4-2012 en [http://libres.uncg.edu/ir/uncg/f/A\\_Chen\\_Theoretical\\_2001.pdf](http://libres.uncg.edu/ir/uncg/f/A_Chen_Theoretical_2001.pdf).
- CERVELLÓ, Emilio (1996). *La motivación y el abandono deportivo desde la perspectiva de metas de logro*. (Tesis Doctoral, Universidad de Valencia).



- DE GRACIA, Manuel y MARCÓ, María (2000). Efectos psicológicos de la actividad física en personas mayores. En *Psicothema*, 12 (2), 285-292. Obtenido el 3-4-2012 en <http://www.psicothema.com/pdf/291.pdf>.
- FERNÁNDEZ, Emilia, SÁNCHEZ BAÑUELOS, Fernando y SALINERO, Juan José (2008). Validación y adaptación de la escala PACES de disfrute con la práctica de la actividad física para adolescentes españolas. En *Psicothema*, 20 (4), 890-895. Obtenido el 3-4-2012 en <http://www.psicothema.com/pdf/3571.pdf>.
- GARCÍA FERRANDO, Manuel y LLOPIS, Ramón (2011). *Encuesta sobre los hábitos deportivos en España 2010. Ideal democrático y bienestar personal*. Madrid: Consejo Superior de Deportes y Centro de Investigaciones Sociológicas. Obtenido el 4-4-2012 en <http://www.csd.gob.es/csd/estaticos/dep-soc/encuesta-habitos-deportivos2010.pdf>
- GÓMEZ, Antonio, GÁMEZ, Saira y MARTÍNEZ, Isabel (2011). Efectos del género y la etapa educativa del estudiante sobre la satisfacción y la desmotivación en Educación Física durante la educación obligatoria. En *Ágora para la educación física y el deporte*, 13 (2), 183-196. Obtenido el 1-4-2012 en [http://www5.uva.es/agora/revista/13\\_2/agora13\\_2c\\_gomez\\_et\\_al](http://www5.uva.es/agora/revista/13_2/agora13_2c_gomez_et_al).
- HELLÍN, Pedro, MORENO, Juan Antonio y RODRÍGUEZ, Pedro Luis (2006). Relación de la competencia motriz percibida con la práctica físico-deportiva. *Revista de Psicología del Deporte*, 15 (2), 219-231.
- HERNÁNDEZ, Juan Luis y GAROZ, Ignacio (2007). Imagen de los niños, niñas y adolescentes sobre sí mismos. Autoestima, autoconcepto corporal y percepción de la autoeficacia. En J.L. Hernández y R. Velázquez (coords.), *La educación física, los estilos de vida y los adolescentes; cómo son, cómo se ven, qué saben y qué opinan* Barcelona: Graó, 115-142.
- HERNÁNDEZ, Juan Luis, VELÁZQUEZ, Roberto, MARTÍNEZ, María Eugenia, GAROZ, Ignacio, LÓPEZ, Clara y LÓPEZ, Ángeles. (2008). Frecuencia de actividad física en niños y adolescentes: relación con su percepción de autoeficacia motriz, la práctica de su entorno social y su satisfacción con la educación física. *Infancia y Aprendizaje*, 31 (1), 79-92.
- HERNÁNDEZ, Juan Luis, VELÁZQUEZ, Roberto, MARTÍNEZ, María Eugenia, GAROZ, Ignacio y TEJERO, Carlos María. (2011). Escala de Autoeficacia Motriz: propiedades psicométricas y resultados de su aplicación a la población escolar española. *Revista de Psicología del Deporte*, 20 (1), 13-28.
- LEÓN, Orfelio y MONTERO, Ignacio (2004). *Métodos de investigación en psicología y educación*. Madrid: McGrawHill.
- MIRAS, Mariana (2001). Afectos, emociones, atribuciones y expectativas: el sentido del aprendizaje escolar. En C. Coll, J. Palacios y A. Marchesi (eds.), *Desarrollo psicológico y educación*. Madrid: Alianza, 309-329.
- MOORE, Justin, YIN, Zenong, HANES, John, DUDA, Joan, GUTIN, Bernard y BARBEAU, Paule (2009). Measuring enjoyment of physical activity in children: validation of the physical activity enjoyment scale. *Journal of Applied Sport Psychology*, 21 (1), 116-129.
- MORENO, Juan Antonio y CERVELLÓ, Emilio (2005). Physical self-perception in spanish adolescents: gender and involvement in physical activity effects. *Journal of Human Movement Studies*, 48, 291-311.
- MORENO, Juan Antonio Moreno, GÓNZALEZ-CUTRE, David, MARTÍNEZ, Celestina, ALONSO, Néstor y LÓPEZ, María (2008). Propiedades psicométricas de la Physical Activity Enjoyment Scale (PACES) en el contexto español. *Estudios de Psicología*, 29 (2), 173-180.



- MORENO, Juan Antonio y VERA, José Antonio (2008). Un estudio experimental de las diferencias por género en la percepción de competencia a partir de la cesión de responsabilidad en las clases de educación física. En *Revista Iberoamericana de Educación*, 46 (8), 1-10. Obtenido el 25-3-2012 en <http://www.rieoei.org/expe/2285Moreno.pdf>.
- MOTL, Robert, DISHMAN, Rod, SAUNDERS, Ruth, DOWDA, Marsha, FELTON, Gwen y PATE, Russell (2001). Measuring enjoyment of physical activity in adolescent girls. *American Journal of Preventive Medicine*, 21, 110-117.
- SALLIS, James, PROCHASKA, Judith y TAYLOR, Wendell (2000). A review of correlates of physical activity of children and adolescents. En *Medecine Sciencie in Sport Exercice*, 32, 963-975. Obtenido el 25-3-2012 en <http://www.edf.ufpr.br/mestrado/Referencias2006/AFS%20Sallis%20et%20al%202000.pdf>.
- THOMAS, Jerry y NELSON, Jack (2007). *Métodos de investigación en actividad física*. Barcelona: Paidotribo.



## APÉNDICES

¡Hola chicos y chicas de 6º curso! Somos un grupo de investigación de la Universidad Autónoma de Madrid. Estamos llevando a cabo una investigación sobre **cómo se sienten los alumnos de 6º curso de Primaria cuando hacen ejercicio físico ó actividad física, ó practican algún deporte ó juego**. Por favor, ¿Te importaría ayudarnos? Para ello rellena los **CUESTIONARIOS A y B**.

1. **Lee atentamente las preguntas y respuestas.** Si tienes alguna duda pregúntasela a tu profesor.
2. **No podemos dejar ninguna pregunta sin contestar** (en blanco), y sólo vale **1 RESPUESTA POR PREGUNTA**.
3. No hay respuestas buenas ó malas. Esto **no es un examen**, Contesta de la forma más **honesta y sincera posible**. Recuerda: lo que nos importa es **tu opinión**.

Antes de comenzar, te pedimos que rellenes estos sencillos **datos**:

\* **Sexo:**  Chico  Chica \* **Fecha de nacimiento** Día:   Mes:   Año:

### CUESTIONARIO A

Cuanto estoy **activo** (haciendo ejercicio físico ó actividad física, practicando algún deporte o juego) ...

	Totamente en DESACUERDO	Algo en DESACUERDO	INDIFERENTE	Algo de ACUERDO	Totamente de ACUERDO
1. Disfruto.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Me aburro.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. No me gusta.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Lo encuentro agradable.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. De ninguna manera es divertido.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Me da energía.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Me deprime.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. Es muy agradable.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Mi cuerpo se siente bien.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. Obtengo algo extra.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11. Es muy excitante.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12. Me frustra.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13. De ninguna manera es interesante.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14. Me proporciona fuertes sentimientos.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15. Me siento bien.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16. Pienso que debería estar haciendo otra cosa.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Una vez que has terminado de contestar el **CUESTIONARIO A**, revísalo por si te has dejado alguna pregunta en blanco. Ahora, solamente te queda por rellenar el **CUESTIONARIO B**. Ánimo, como comprobarás, es muy sencillo:

CUESTIONARIO B	NADA	POCO	BASTANTE	TOTALMENTE
	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo	De acuerdo
1. Durante un juego deportivo puedo conseguir resolver un problema aunque alguien se me oponga.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. En las clases de Educación Física puedo resolver tareas difíciles si me esfuerzo lo suficiente.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. En la actividad física me es fácil persistir en lo que me he propuesto hasta llegar a alcanzar mis metas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Tengo confianza en que podría manejar eficazmente situaciones inesperadas en la práctica de actividad física.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Gracias a mis cualidades y recursos puedo superar situaciones imprevistas en la práctica de actividades físicas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Cuando me encuentro en dificultades durante un juego o un partido puedo permanecer tranquilo/a porque cuento con las habilidades necesarias para manejar situaciones difíciles.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Pase lo que pase durante el juego deportivo, por lo general soy capaz de manejar la situación.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. Puedo realizar la mayoría de las actividades de clase de Educación Física si me esfuerzo lo necesario.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Si me encuentro en una situación difícil durante un juego deportivo, generalmente se me ocurre qué debo hacer.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. Al tener que hacer frente a un problema del juego o de la clase de Educación Física, generalmente se me ocurren varias alternativas de cómo resolverlo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Por último, solamente te pedimos que revises los cuestionarios. **NO DEJES NINGUNA PREGUNTA SIN RESPONDER** y **RELLENA SOLAMENTE UNA RESPUESTA POR PREGUNTA**.

**¡MUCHAS GRACIAS, POR TU AYUDA!**

FACULTAD DE FORMACIÓN DE PROFESORADO Y EDUCACIÓN  
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTE Y MOTRICIDAD HUMANA  
Máster en Innovación, Evaluación y Calidad en Educación Física



## AGRADECIMIENTOS

A toda la comunidad educativa de los centros participantes: CEIP Benito Pérez Galdós (Fuenlabrada), CEIP Blas de Otero (Alcorcón), CEIP Gerardo Diego (Leganés), CEIP León Felipe (Fuenlabrada), CEIP Miguel Hernández (Leganés), CEIP Salvador Dalí (Fuenlabrada) y CEIP Vicente Blasco Ibáñez (Fuenlabrada).

