



UNIVERSIDAD  
CATÓLICA  
DE CUENCA

**UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA**

*Comunidad Educativa al Servicio del Pueblo*

**UNIDAD ACADÉMICA DE EDUCACIÓN**

**CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE**

**MOTIVACIÓN HACIA LA PRÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA Y NECESIDADES  
PSICOLÓGICAS BÁSICAS EN ADOLESCENTES**

**PROYECTO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE  
LICENCIADA EN PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE**

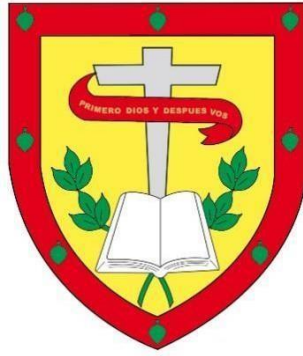
**AUTOR: SILVANA BEATRIZ BUSTOS TOALONGO**

**DIRECTOR: LCDA. ZOILA TORRES PALCHISACA, MGS.**

**AZOGUES - ECUADOR**

**2025**

**DIOS, PATRIA, CULTURA Y DESARROLLO**



**UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA**

*Comunidad Educativa al Servicio del Pueblo*

**UNIDAD ACADÉMICA DE EDUCACIÓN**

**CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE**

MOTIVACIÓN HACIA LA PRÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA Y NECESIDADES  
PSICOLÓGICAS BÁSICAS EN ADOLESCENTES

**PROYECTO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE  
LICENCIADA EN PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE**

**AUTOR: SILVANA BEATRIZ BUSTOS TOALONGO**

**DIRECTOR: LCDA. ZOILA TORRES PALCHISACA, MGS.**

**AZOGUES - ECUADOR**

**2025**

**DIOS, PATRIA, CULTURA Y DESARROLLO**

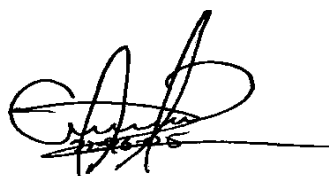


## DECLARATORIA DE AUTORÍA Y RESPONSABILIDAD

### Declaratoria de Autoría y Responsabilidad

**Silvana Beatriz Bustos Toalongo** portador(a) de la cédula de ciudadanía N° **0302491709**. Declaro ser el autor de la obra: “**Motivación hacia la práctica de Educación Física y necesidades psicológicas básicas en adolescentes**”, sobre la cual me hago responsable sobre las opiniones, versiones e ideas expresadas. Declaro que la misma ha sido elaborada respetando los derechos de propiedad intelectual de terceros y eximo a la Universidad Católica de Cuenca sobre cualquier reclamación que pudiera existir al respecto. Declaro finalmente que mi obra ha sido realizada cumpliendo con todos los requisitos legales, éticos y bioéticos de investigación, que la misma no incumple con la normativa nacional e internacional en el área específica de investigación, sobre la que también me responsabilizo y eximo a la Universidad Católica de Cuenca de toda reclamación al respecto.

Azogues, **09 de julio de 2025**



F: .....

**Silvana Beatriz Bustos Toalongo**

**C.I. 0302491709**

## CERTIFICACIÓN DEL DIRECTOR DE TESIS

Lic. Zoila Guillermina Torres Palchisaca, Mgs.

DOCENTE DE LA CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

De mi consideración:

Certifico que el presente trabajo de titulación denominado: "**Motivación hacia la práctica de Educación Física y necesidades psicológicas básicas en adolescentes**", realizado por: **Silvana Beatriz Bustos Toalongo** con documento de identidad: **0302491709** previo a la obtención del título de **Licenciada en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte** ha sido asesorado, orientado, revisado y supervisado durante su ejecución, bajo mi tutoría en todo el proceso, por lo que certifico que el presente documento, fue desarrollado siguiendo los parámetros del método científico, se sujeta a las normas éticas de investigación que exige la Universidad Católica de Cuenca, por lo que está expedito para su presentación y sustentación ante el respectivo tribunal.

Azogues, 16 de junio 2025



LIC. ZOILA GUILLERMINA TORRES PALCHISACA, MGS

C.I.010228969

DIRECTOR

## **Agradecimiento**

A lo largo de este camino no he estado sola, y este trabajo es el reflejo del apoyo, la guía y el esfuerzo compartido con personas valiosas a quienes quiero agradecer profundamente

A mi madre, por ser mi mayor inspiración, por su sacrificio, fortaleza y por enseñarme con su ejemplo el valor del esfuerzo y la perseverancia. Gracias por estar siempre presente, incluso en los momentos más difíciles con sus palabras de aliento que me motivaron a seguir adelante

A mi tutora, por su orientación constante, su paciencia y su compromiso. Gracias por compartir su conocimiento con generosidad, por sus observaciones precisas y por alentarme a dar siempre lo mejor de mí. Su acompañamiento ha sido clave en la realización de esta tesis.

A mis docentes, quienes a lo largo de mi formación académica me han brindado conocimientos, valores y herramientas que han sido fundamentales para desarrollar un pensamiento crítico, sino también para mi formación personal y profesional. Gracias por compartir su vocación y pasión por la enseñanza.

Y a mis hermanas, por ser mi refugio y mi fuerza. Gracias por sus palabras de aliento, por estar ahí en cada etapa, y por hacerme sentir acompañada en cada paso de este proceso. Su amor ha sido mi motor.

A todos ustedes, gracias de corazón. Este logro también es suyo.

## Dedicatoria

Dedico este trabajo, con todo mi cariño y gratitud:

A Dios, por haberme concedido la vida, la salud y la sabiduría necesarias para alcanzar esta meta, por haberme sostenido en los momentos de incertidumbre, por iluminar mi camino cuando todo parecía oscuro y por regalarme la gracia de no rendirme.

A mi madre, por ser el pilar de mi vida, por su amor incondicional, su fuerza y su ejemplo incansable. Gracias por enseñarme con tu vida el verdadero significado del esfuerzo, la humildad y la perseverancia, por enseñarme que los sueños se alcanzan con trabajo, paciencia y corazón.

A mis hermanas, por su apoyo constante, sus palabras de aliento y su presencia que ha sido refugio y compañía en cada etapa de este camino. Su compromiso, sus consejos han sido fundamentales para llegar hasta aquí.

A mis sobrinos, que con su alegría, ternura y espontaneidad han sido luz en los días más difíciles. Son una de mis más grandes motivaciones para seguir adelante y dar siempre lo mejor de mí, porque me recuerdan cada día porque vale la pena seguir luchando.

A todos ustedes, este logro no es solo mío, es el reflejo del gran trabajo en equipo que somos como familia. Con todo mi amor y gratitud.

Motivación hacia la práctica de Educación Física y necesidades psicológicas básicas en  
adolescentes

Silvana Beatriz Bustos Toalongo, Zoila Guillermina Torres Palchisaca

Universidad Católica de Cuenca, sbbustost09@est.ucacue.edu.ec

## **RESUMEN**

En los últimos años se ha podido observar la falta de motivación hacia la práctica de la Educación Física entre los adolescentes, lo que provoca que sus necesidades psicológicas básicas no se ven cubiertas, por esta razón se ha establecido el siguiente objetivo de investigación: identificar los tipos de motivación hacia la práctica de Educación Física y necesidades psicológicas básicas en adolescentes. Se realizó un estudio transversal con alcance descriptivo, se aplicó el cuestionario de motivación en la Educación Física y la Escala de Satisfacción de Necesidades Psicológicas Básicas. La muestra fue de  $n= 73$  adolescentes de la Unidad Educativa “Luis Rogelio González”, con una edad comprendida entre los 15 a 18 años. Se determinó que la regulación identificada se encuentra presente mayormente en la muestra de estudio y que la dimensión, relación con los demás, es la que sobresale, además, existe una correlación significativa entre las tres dimensiones: intrínseca, introyectada e identificada con las tres necesidades psicológicas básicas. Se concluye que los procesos de enseñanza aprendizaje son más satisfactorios si se mantienen niveles altos de motivación autodeterminada que satisfaga las NPB.

*Palabras clave:* motivación, adolescentes, Educación Física, necesidades psicológicas básicas

*Motivation Toward Physical Education Practice and Basic Psychological Needs in  
Adolescents*

**ABSTRACT**

In recent years, a lack of motivation toward Physical Education practice has been observed among adolescents, which causes their basic psychological needs to remain unmet. Therefore, this research aimed to identify the types of motivation toward Physical Education practice and basic psychological needs in adolescents. A descriptive cross-sectional study was conducted. The Motivation in Physical Education Questionnaire and the Basic Psychological Needs Satisfaction Scale were applied. The sample consisted of n=73 adolescents from the “Luis Rogelio González” Educational Unit, aged between 15 and 18 years. It was determined that the identified regulation is mostly present in the study sample, with the dimension, “relationship with others” standing out. Furthermore, a significant correlation was found between the three dimensions (intrinsic, introjected, and identified) and the three basic psychological needs. It is concluded that teaching and learning processes are more satisfactory when high levels of self-determined motivation are maintained that satisfy the Basic Psychological Needs (BPN).

*Keywords:* motivation, adolescents, Physical Education, basic psychological needs

## Tabla de contenido

<b>Introducción .....</b>	<b>1</b>
<b>Metodología.....</b>	<b>3</b>
<b>Resultados.....</b>	<b>6</b>
<b>Discusión.....</b>	<b>8</b>
<b>Conclusiones.....</b>	<b>10</b>
<b>Bibliografía.....</b>	<b>11</b>

## Introducción

En los últimos años se ha podido observar la falta de motivación hacia la práctica de la Educación Física (EF) entre los adolescentes, lo que provoca que sus necesidades psicológicas básicas no se ven cubiertas. Sin embargo, se ha podido observar que, en la etapa de la adolescencia, la práctica de la Educación Física se vuelve muy poco aceptada, esto posiblemente se deba a la falta de motivación por parte del docente de esta asignatura, así, Ntoumanis (2002) menciona que los adolescentes no se proporciona experiencias positivas en las sesiones de EF, puede que se produzca un aumento en la motivación y en el compromiso hacia la AF. Muchas pueden ser las razones para que se dé esta situación, lo cual a futuro puede provocar la falta de actividad física en los adultos. Por ello, en primer lugar, será muy importante saber cuáles son los factores que influyen en un adolescente respecto a la realización de actividades para que tenga unas experiencias positivas que conlleven un nivel óptimo de disfrute y motivación.

En este sentido, la OMS, indica que la inactividad física causa sobrepeso, obesidad, síndrome metabólico, además menciona que la participación en la actividad física suele ser un factor para prevenir cada vez más enfermedades crónicas, sin embargo, el 60% de la población mundial no realiza actividad física con regularidad, siendo la cantidad mínima de entrenamiento recomendada de al menos 30 minutos de ejercicio al día (OMS, 2020). De esta manera la práctica de la Educación Física ofrece a los estudiantes la oportunidad de adquirir y construir conocimientos para guiar la vida física, afectiva, cognitiva, es decir, busca el desarrollo integral del adolescente.

Por esta razón es importante conceptualizar a la motivación como medio para mantener el interés de los adolescentes hacia la EF. Así, de Deci & Ryan, (2000), Así, mediante la teoría de la Autodeterminación los autores consideran a la motivación como

un continuo con diversos grados de autodeterminación que van de más a menos, además, la divide en tres niveles: autónoma, motivación controlada y desmotivación. La *motivación autónoma* está compuesta por la regulación intrínseca y la integrada, haciendo referencia a la primera como la ejecución voluntaria por interés y satisfacción propia y la regulación identificada que equipara la valoración positiva de la actividad realizada, seguidamente de la *motivación controlada* que está compuesta por la motivación introyectada y externa, donde la introyectada hacen que los sujetos realizan actividades bajo presión evitando sentimientos de culpa y la motivación externa hace referencia al estímulo externo o cumplimiento de expectativas externas, la *desmotivación* se define como la total ausencia de interés del alumno a cualquier actividad. Considerando a la motivación como la base de interés hacia la EF por parte de los adolescentes, se han realizado varios estudios como los de: (Perlman, 2015; Llorca, et. Al., 2025; Vinagre, et. Al., 2021; Chancusig. 2023).

Por otro lado, las necesidades psicológicas (NPB) son conceptualizadas como los sustentos psicológicos innatos que son esenciales para un prolongado crecimiento psicológico, integridad y bienestar, además se dividen: *competencia, relación con los demás y autonomía*. En lo que se refiere a la necesidad de *autonomía*, ésta comprende los esfuerzos de las personas por ser el agente, por sentirse el origen de sus acciones, y tener voz o fuerza para determinar su propio comportamiento, la *competencia* se basa en tratar de controlar el resultado y experimentar eficacia. Mientras, que la *necesidad de relación con los demás* hace referencia al esfuerzo por relacionarse y preocuparse por otros, así como sentir que los demás tienen una relación auténtica contigo, y experimentar satisfacción con el mundo social (Deci y Ryan 1991). Existen varios estudios que han tratado a las NPB dentro del campo de la EF relacionados con adolescentes, así (Gómez, et. Al., 2021; Chávez 2019; García 2018).

En base a la teoría plantada se establece el siguiente objetivo: identificar los tipos de motivación hacia la práctica de EF y necesidades psicológicas básicas en adolescentes por medio de la aplicación de los cuestionarios Escala de Satisfacción de Necesidades Psicológicas Básicas y el Cuestionario de motivación en la Educación Física.

## Metodología

### **Diseño**

La presente investigación tiene un alcance descriptivo, puesto que tiene como objetivo buscar, especificar las características de las necesidades psicológicas básicas, y la importancia de la motivación en los adolescentes hacia la práctica de la EF. Es un estudio transversal porque se realizará en un solo momento de la investigación, además es de enfoque cuantitativo pues se utilizará el cuestionario como fuente de recolección de información

### **Población y Muestra**

La presente investigación se desarrolló en la Unidad Educativa “Luis Rogelio González” con una muestra de  $n=73$  estudiantes de primero a tercero de bachillerato en un rango de edad de 15 a 18 años distribuido de la siguiente manera: sexo masculino  $n= 40$  y sexo femenino  $N= 60$  matriculados en el periodo escolar 2023-2024. La muestra fue determinada de forma no probabilística por conveniencia, pues contó con la participación voluntaria de los estudiantes en el momento de la ejecución de la investigación

### **Instrumento**

Se empleó el Cuestionario de motivación en la Educación Física (CMEF) de Sánchez-Oliva et al., (2012). Esta escala está compuesta por la frase inicial “Yo participo en las clases de EF...”, seguida de los 20 ítems que analizan los cinco factores, entre ellos:

respecto a la *motivación intrínseca* (4 ítems, 1, 6, 11, 15 ej.: “Porque la EF es divertida”), *regulación identificada* (4 ítems; 2, 7, 12, 16 ej.: “Porque esta asignatura me aporta conocimientos y habilidades que considero importantes”), *regulación introyectada* (4 ítems; 3, 8, 19, 20 ej.: “Porque lo veo necesario para sentirme bien conmigo mismo”), *regulación externa* (4 ítems: 4, 9, 13, 17 ej.: “Para demostrar al profesor/a y compañeros/as mi interés por la asignatura”) y *desmotivación* (4 ítems; 5, 10, 14, 18 ej.: “Pero realmente siento que estoy perdiendo mi tiempo con esta asignatura”). Los colaboradores debían expresar su grado de acuerdo utilizando una escala tipo Likert con siete opciones de respuesta, desde totalmente en desacuerdo (1) a totalmente de acuerdo (7) con la formulación de la frase. El análisis de fiabilidad de las dimensiones fueron los siguientes: motivación intrínseca .77, la regulación identificada es .83, la introyectada es de .78, la regulación externa .76 y de la desmotivación es .77

*Escala de Satisfacción de Necesidades Psicológicas Básicas*. fue valorada mediante el Psychological Need Satisfaction in Exercise Scale (PNSE) de Wilson et al., (2006). La PNSE utiliza los 12 ítems, seis para evaluar cada una de las necesidades: para la dimensión de competencia se utilizará los ítems 1, 4, 7, 9, 11, 14 (e.g., “Tengo confianza para hacer los ejercicios más desafiantes”), para la dimensión autonomía se tiene los ítems 2, 5, 8, 12, 15, 17 (e.g., “Creo que puedo tomar decisiones en mis entrenamientos”), y para la dimensión relación con los demás con los ítems 3, 6, 10, 13, 16, 18 (e.g., “Me siento unido a mis compañeros de entrenamiento porque ellos me aceptan como soy”). Y las respuestas fueron recogidas en una escala de Likert, cuyo rango de puntuación es 1 totalmente en desacuerdo y 5 totalmente de acuerdo. El análisis de fiabilidad de las dimensiones fueron los siguientes: competencia es de .85, de la autonomía es de .79 y de la relación con los demás es .87

## **Procedimiento**

Para la recolección de datos, se desarrolló un protocolo de obtención de información para los participantes en primera instancia se realizó una solicitud de ingreso a la Institución Educativa "Luis Rogelio Gonzalez", donde se efectuaron las correspondientes encuestas, además se comunicó a los directores sobre cuáles eran los objetivos de la investigación y cuál iba a ser el uso de los resultados. Asimismo, se diseñó una carta de consentimiento informado para los padres de los participantes, quienes debían devolverla firmada para autorizar la colaboración en el estudio.

Una vez obtenidos las autorizaciones y el consentimiento informado, se procedió a la toma de datos. Los participantes completaron los cuestionarios en una clase en el horario de EF, de forma individual y en un ambiente adecuado que les permitió concentrarse sin tener ningún tipo de distracción, con el apoyo constante para aclarar cualquier duda. Se utilizó el Google Forms. Posteriormente se realizó los análisis estadísticos con el programa SSPS25 de Alfa de Cronbach, media, desvió estándar y correlaciones bivariadas.

## Resultados

De acuerdo a la tabla 1 se puede observar que el Alpha de combrach presenta valores superiores a .7, estadísticamente aceptable. Se puede observar que la media más alta de la motivación es la identificada con (5.81), con respecto a las NPB la media más alta es relación con los demás con (3.87). De acuerdo con las correlaciones se puede observar que la motivación intrínseca tiene correlación con todas las dimensiones. De igual manera la identificada tiene correlación con la dimensión introyectada, externa, la desmotivación con las dimensiones de las NPB. Asimismo, la introyectada tiene correlación con las dimensiones externa, la desmotivación y con las dimensiones de las NPB. Igualmente, la externa tiene correlación con la desmotivación y con las dimensiones de las NPB. De igual manera la desmotivación presenta correlación medianamente significativa con la competencia, autonomía y no tiene correlación con la relación con los demás. De acuerdo con las correlaciones de las NPB se puede observar que la competencia tiene una correlación con la autonomía y relación con los demás. De igual modo la autonomía tiene una correlación con la dimensión de relación con los demás

**Tabla 1***Estadísticos descriptivos, fiabilidad y correlaciones bivariadas*

Dimensiones	M	DS	R	$\alpha$	1	2	3	4	5	6	7	8
1 M. intrínseca	5.17	1.11	1-7	.77	1	.73**	.66**	.69**	.65**	.52**	.49**	.52**
2 R. Identificada	5.81	1.14	1-7	.83	-	1	.85**	.63**	.38**	.56**	.55**	.52**
3 R.Introyectada	5,30	1.28	1-7	.78	-	-	1	.76**	.51**	.59**	.62**	.49**
4 R. Externa	4.87	1.44	1-7	.76	-	-	-	1	.81**	.43**	.45**	.37**
5 Desmotivación	4.43	1.49	1-7	.77	-	-	-	-	1	.26*	.23*	.18
6 Competencia	3.85	.98	1-5	.85	-	-	-	-	-	1	.86**	.77**
7 Autonomía	3.69	1.00	1-5	.79	-	-	-	-	-	-	1	.81**
8 Relación	3,87	1.07	1-5	.87	-	-	-	-	-	-	-	1

M= media, DS= desvío estándar, R= rango,  $\alpha$ = Alpha de Cronbach (fiabilidad), \*\* La correlación es significativa en el nivel 0.01 (bilater

## Discusión

Considerando el objetivo de investigación que es: identificar los tipos de motivación hacia la práctica de Educación Física y necesidades psicológicas básicas y de acuerdo a los resultados obtenidos se establece que, con respecto a la motivación hacia la práctica de la Educación Física es la identificada, la que predomina en los adolescentes de la Unidad Educativa Luis Rogelio González, es decir hay una percepción positiva de la actividad realizada, resultados contrarios fueron encontrados por Torres et al., (2015), en la investigación realizada a una muestra de estudiantes de Educación Física de 14-18 años, donde la media más alta la obtuvo la motivación intrínseca seguida de la identificada, por otro lado, Baena et al., (2013) mencionan que los procesos de enseñanza-aprendizaje mejoran cuando los estudiantes tienen una motivación autodeterminada, es decir la motivación intrínseca es fundamental para el disfrute de la Educación Física por parte de los adolescentes.

Con respecto a las NPB, la *relación con los demás* presenta la media más alta en la muestra de estudio, así Taylor et al., (2010), indican que esta es la dimensión más fuerte en las actividades de esfuerzo en estudiantes de educación física, sin embargo, esta dimensión al igual que la autonomía y la competencia pueden disminuir a medida que avanza la edad del adolescente (Rijo et al, 2014). Por lo tanto, es importante prestar atención a satisfacer estas necesidades en los adolescentes para que no se vaya perdiendo a través de los años.

Por otro lado, las NPB de autonomía y competencia no tienen correlación significativa con la desmotivación, resultados semejantes fueron encontrados por Rijo (2013), quien indica que estas predicen negativamente con la desmotivación, resultados contrarios fueron encontrados por Cervelló, et al (2011) indica que la autonomía es la que menos

satisfecha, en donde los adolescentes están en la etapa de su vida que deben construir la capacidad de toma de decisiones. Por consiguiente, es trascendental trabajar con los adolescentes y proporcionar experiencias positivas en las sesiones de EF, haciendo que se produzca un aumento en la toma de sus propias decisiones.

Continuando con los resultados del análisis de la correlación se refleja una correlación positiva y significativa entre ambas dimensiones de la NPB, especialmente cuando se habla de la competencia y la relación con los demás, estos resultados concuerdan con los aportados de Moreno y Vera (2011), resultados diferentes por Leversen et al (2012) manifiesta que las NPB en referencia al género de los adolescentes, indicando que el sexo masculino obtuvieron los niveles más altos en la *competencia*, mientras que el femenino alcanzo niveles altos en las *relaciones con los demás*. Es decir que las NPB no dependen del género de los adolescentes, sino del clima motivacional que manifesté el docente en sus clases.

En cuanto a estos resultados, Blanco et al. (2019), afirma que no se encuentran discrepancias de género en las dimensiones de la motivación, asimismo señala que el género no es tomando en cuenta en las investigaciones realizadas, por lo que es significativo tener en cuenta en las futuras investigaciones, de tal manea se obtendrán mejores resultados, permitiendo que la información sea más notable en hábitos de conducta en los adolescentes dentro de las clases de EF. Además, se indica que el personal docente debe adquirir nuevas destrezas enfocándose en satisfacer estas necesidades como el apoyo a la autonomía, es así que Tessier y Ntoumanis (2010) afirma que al aumentar los niveles de motivación en la participación en las clases se satisface las necesidades psicológicas básicas, por lo que se necesario mantener esta correlación, para mejorar los procesos de enseñanza- aprendizaje.

## Conclusiones

Una vez concluida la investigación y considerando el objetivo planteado se concluye que la muestra de estudio presenta una regulación identificada y la dimensión de las NPB que más sobresale es *la* relación con las demás, es decir que una motivación autodeterminada provoca que los estudiantes que tengan mejores relaciones entre sí. Por otro lado, las tres dimensiones intrínseca, introyectada e identificada se correlación significativamente con las tres NPB, no así con la desmotivación donde la correlación no es mayormente significativa. Por último, es necesario mantener niveles altos de motivación en los estudiantes para que sus NPB se puedan satisfacer y así los procesos de enseñanza - aprendizaje de la EF serán más exitosos.

## Bibliografía

- Baena-Extremera, A., Granero-Gallegos, A., Sánchez-Fuentes, J. A., & Martínez-Molina, M. (2013). Apoyo a la autonomía en Educación Física: antecedentes, diseño, metodología y análisis de la relación con la motivación en estudiantes adolescentes. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (24), 46-49.
- Blanco Vega, H., Mayorga-Vega, D., Blanco Ornelas, J., Peinado Pérez, J. & Jurado García, P. (2019). Motivación hacia la clase de educación física en preadolescentes mexicanos y españoles. *Retos*, (36), 216-219. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulocodigo=7260905>
- Cervelló, E. M., Moreno, J. A., Martínez, C., Ferriz, R., y Moya, M. (2011). El papel del clima motivacional, la relación con los demás, y la orientación de metas en la predicción del flow disposicional en educación física. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(1), 165-178.
- Chancusig, L. H. C. (2023). La motivación como beneficio en las clases de educación física: una revisión sistemática. *MENTOR revista de investigación educativa y deportiva*, 2(5), 265-280.
- Chavez, F. E. (2019). Necesidades psicológicas básicas y bienestar psicológico en adolescentes de 3ro, 4to y 5to de secundaria de una institución educativa pública de Lima Metropolitana (Doctoral dissertation, Tesis de bachiller, Universidad San Martín de Porres). Repositorio Institucional USMP. <https://repositorio.usmp.edu.pe/handle/20.500.12727/5386>.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (1991). A motivational approach to self: Integration in personality. En R. Dienstbier (Ed.), *Nebraska symposium on motivation: Vol. 3.8. Perspectives on motivation* (pp. 237-288). Lincoln, NE: University of Nebraska Press.
- Deci, E. L & Ryan, R. M (2000). La Teoría de la Autodeterminación y la Facilitación de la Motivación Intrínseca, el Desarrollo Social y el Bienestar. *Psicólogo estadounidense*, 55 (1), 68-78.
- García, A. (2018). Satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y estilos de motivación en supervisores de empresas en Lima Metropolitana. Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (UPC). Recuperado de: <https://bit.ly/3tZXo9t>
- Gómez, M., Martínez, A., & Granero, A. (2021). Satisfacción de las necesidades psicológicas básicas en las clases de Educación Física y su relación con el miedo al fallo según el género y la práctica físico-deportiva extraescolar de los estudiantes de Educación Secundaria. *Estudios Pedagógicos*. 47(1). 303-322. Recuperado de: <https://bit.ly/3vVRmt0>
- Leveresen, I., Danielsen, A. G., Birkeland, M. S., y Samdal, O. (2012). Basic psychological need satisfaction in leisure activities and adolescents' life satisfaction. *Journal of Youth and Adolescence*, 41(12), 1588-1599. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10964-012-9776-5>

- Llorca-Cano, M., Gallardo-Márquez, F., Hernández, E. H., Barrachina-Peris, J., & Moreno-Murcia, J. A. (2025). Efectos de una intervención educativa con apoyo a la autonomía en la motivación y competencia académica en educación física. *Revista de Investigación Educativa*, 43.
- Méndez, A., Fernández, J. & Cecchini, J. (2014) Perfiles motivacionales de aproximación evitación en contextos de educación física. *Universitas Psychologica*, 14(2), 549-562.  
Disponibileen <http://revistas.javeriana.edu.co/index.php/revPsycho/article/view/8432/12126>
- Moreno, J. A., y Vera, J. (2011). Modelo causal de la satisfacción con la vida en adolescentes de educación física. *Revista de Psicodidáctica*, 16(2), 367-380
- Ntoumanis, N. (2002). Clústeres motivacionales en una muestra de clases de educación física británicas. *Psicología del Deporte y el Ejercicio* , 3 (3), 177-194.
- Organización Mundial de la Salud. (2020). Obesidad y sobrepeso [Obesity and overweight]. Recuperado de <https://n9.cl/uqcu>
- Perlam, D. J. (2015). Help motivate amotivated by bieng a supportive teacher. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 20(2), 204-2214.  
doi:10.1080/17408989.2013.868876.
- Rijo, A. G., Moreno, J. H., Herráez, I. M., & Medina, S. G. (2014). Necesidades psicológicas básicas en Educación Física según el género y el curso del estudiante. *Revista de Investigación Educativa*, 32(1), 159-167.
- Rijo, A. G. (2013). Satisfacción de las necesidades psicológicas básicas en relación con la diversión y la desmotivación en las clases de educación física. *Revista de investigación en educación*, 11(2), 77-85.
- Sánchez-Oliva, D., Leo, F. M, Amado, D., González-Ponce, I., & García-Calvo, T. (2012). Desarrollo de un cuestionario para valorar la motivación en educación física. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y Deporte*, 7, 227-250
- Taylor, I. M., Ntoumanis, N., Standage, M. y Spray, C.M. (2010). Motivational predictors of physical education students' effort, Exercise intentions, and leisure-time physical activity: A multilevel linear growth analysis. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 32,99-120
- Tessier, D., Sarrazin, P. y Ntoumanis, N. (2010). The effect of an intervention to improve newly qualified teachers' interpersonal style, students motivation and psychological need satisfaction in sport-based physical education. *Contemporary Educational Psychology*, 35 (4), 242-253.
- Torres, B. J. A., Membrilla, I. N., Pérez, G. P., & Buñuel, P. S. L. (2015). Consecuencias de la motivación en las clases de educación física. *EmásF: revista digital de educación física*, (34), 26-41.
- Vinagre, M. Á. D., Albano, V. M. L., Herrera, S. S., & Molina, S. F. (2021). Motivación y TIC como reguladores de la actividad física en adolescentes: una revisión sistemática. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (42), 785-797.

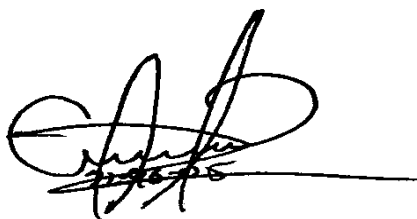
Wilson, P. M.; Rogers, W. T.; Rodgers, W. M., & Wild, T. C. (2006). The Psychological Need Satisfaction in Exercise Scale. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 28, 231-251.

 <p>Universidad Católica de Cuenca</p>	<p><b>AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b></p>	<p>CÓDIGO: F – DB – 30 VERSION: 01 FECHA: 2021-04-15 Página 14 de 23</p>
--	---	--

## AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL

**Silvana Beatriz Bustos Toalongo** portador(a) de la cédula de ciudadanía N° **0302491709**. En calidad de autor/a y titular de los derechos patrimoniales del proyecto de titulación **“Motivación hacia la práctica de Educación Física y necesidades psicológicas básicas en adolescentes”** de conformidad a lo establecido en el artículo 114 Código Orgánico de la Economía Social de los Conocimientos, Creatividad e Innovación, reconozco a favor de la Universidad Católica de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos y no comerciales. Autorizo además a la Universidad Católica de Cuenca, para que realice la publicación de éste proyecto de titulación en el Repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Azogues, **09 de julio 2025**



F: .....

**Silvana Beatriz Bustos Toalongo**

**C.I. 0302491709**