

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



La motivación como estrategia didáctica en la clase de educación física y deportes

Trabajo académico.

Para optar el Título de Segunda especialidad profesional de Educación Física

Autor.

Irving Jimmy Tocto Rueda

Piura- Perú

2019

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



La motivación como estrategia didáctica en la clase de educación física y deportes

Trabajo académico aprobado en forma y estilo por:

Dr. Oscar Calixto La Rosa Feijoo (presidente)

Dr. Andy Figueroa Cárdenas (miembro)

Mg. Ana María Javier Alva (miembro)

Piura- Perú

2019

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



La motivación como estrategia didáctica en la clase de educación física y deportes

Los suscritos declaramos que el trabajo académico es original en su contenido y forma

Irving Jimmy Tocto Rueda (Autor)

Segundo Oswaldo Alburquerque Silva (Asesor)

Piura- Perú

2019



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN
PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO ACADÉMICO

Piura, al día dos del mes de agosto de dos mil diecinueve, se reunieron en la I.E. Teresa Otoya Arrese, los integrantes del Jurado Evaluador, designado según convenio celebrado entre la Universidad Nacional de Tumbes y el Consejo Intersectorial para la Educación Peruana, al Dr. Oscar Calixto La Rosa Feijoo, coordinador del programa: representantes de la Universidad Nacional de Tumbes (Presidente), Dr. Andy Figueroa Cárdenas (Secretario) y Mg. Ana María Javier Alva (vocal) representantes del Consejo Intersectorial para la Educación Peruana, con el objeto de evaluar el trabajo académico de tipo monográfico denominado: *La motivación como estrategia didáctica en la clase de educación física y deporte*, para optar el Título Profesional de Segunda Especialidad en Educación Física al señor(a) **TOCTO RUEDA, IRVING JIMMY**.

A las doce horas, y de acuerdo a lo estipulado por el reglamento respectivo, el presidente del Jurado dio por iniciado el acto académico. Luego de la exposición del trabajo, la formulación de las preguntas y la deliberación del jurado se declaró aprobado por mayoría con el calificativo de 18.

Por tanto, **TOCTO RUEDA, IRVING JIMMY**, queda apto(a) para que el Consejo Universitario de la Universidad Nacional de Tumbes, le expida el título Profesional de Segunda Especialidad en Educación Física.

Siendo las trece horas con treinta minutos el Presidente del Jurado dio por concluido el presente acto académico, para mayor constancia de lo actuado firmaron en señal de conformidad los integrantes del jurado.


Dr. Oscar Calixto La Rosa Feijoo
Presidente del Jurado


Dr. Andy Figuerola Cárdenas
Secretario del Jurado


Mg. Ana María Javier Alva
Vocal del Jurado

DEDICATORIA

El presente trabajo de investigación está dedicado a mi esposa e hijos porque son la fuerza de mi vida y me guían en todo momento a cumplir mis objetivos y metas propuestas.

ÍNDICE

DEDICATORIA.	4
ÍNDICE.	5
RESUMEN.	7
ABSTRACT.	8
INTRODUCCIÓN	9
CAPÍTULO I	11
LA MOTIVACION	11
1.1. Concepto de motivación	11
1.2. Teorías motivacionales en la educación física, actividad física y deportes	11
1.2.1.- Las necesidades.	13
1.2.2.- Motivos de la actividad en la Educación Física	14
1.2.3.- Las vivencias afectivas	15
1.2.4.- Actividad	15
1.2.5-Autovaloración	15
1.2.6.- Actitud	16
1.3.-El contexto deportivo y la motivación	17
1.4. La motivación en el ejercicio físico y el deporte	17
1.5. El clima motivacional de la actividad física, deportes y educación física	18
1.6.-La educación física y su didáctica desde una perspectiva motivacional	19
CAPITULO II.	21
ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS Y MOTIVACIONALES EN EDUCACIÓN FÍSICA	
2.1. Estrategias para fomentar la competencia	21
2.2. Estrategias para fomentar la autonomía	26
2.3. Estrategias para fomentar la relación	29
CONCLUSIONES	33
RECOMEDACIONES	34
REFERENCIAS CITADAS	35

RESUMEN

Debido a la complejidad de la estructura de la motivación, la gente la ha estudiado desde diversos ángulos científicos, y son muchas las teorías que intentan explicarla y servir de base teórica. La misma complejidad garantiza la continuidad de la investigación de la motivación y su relevancia científica para el comportamiento humano. Sin duda, no es difícil predecir la realización de nuevas investigaciones y artículos en este campo. El presente trabajo brinda información relevante que sirve para tener claro la problemática sobre la importancia que tiene la motivación en el desarrollo de las actividades físicas y deportivas, para ello se hace una revisión de diferentes fuentes de información que ayudan a desarrollar el tema planteado.

Palabras claves: motivación, estrategia didáctica, educación física.

ABSTRACT

Due to the complexity of the structure of motivation, people have studied it from various scientific angles, and many theories try to explain it and serve as a theoretical basis. The same complexity guarantees the continuity of motivation research and its scientific relevance to human behavior. Certainly, it is not difficult to predict new research and articles in this field. This work provides relevant information that serves to clarify the problem about the importance of motivation in the development of physical and sports activities, for this a review of different sources of information that help to develop the issue is made.

Keywords: motivation, didactic strategy, physical education.

INTRODUCCIÓN

La motivación es considerada como una de las actividades que ayudan al ser humano en cumplir con todas las actividades o acciones que pretenda realizar, para ello es importante que se tengan los conocimientos adecuados, es decir los instructores deben conocer y manejar adecuadamente esto para poder aplicarlo en su trabajo, en el caso de los docentes de educación física, los maestros deben aplicar y utilizar en todo momento la motivación para ayudar a los estudiantes a cumplir sus metas.

Los docentes de educación física saben que tiene que motivar e todo momento a sus estudiantes, en la práctica deportiva, una adecuada motivación puede ser el causante de lora triunfos o derrotas por ello se debe tener un conocimiento amplio al momento de aplicarlo.

Según Roberts (1995), muchos autores asocian la motivación con la conducta ejecutiva y la persistencia en el ejercicio físico basándose en diferentes supuestos teóricos, y señalan: El papel de la motivación en la vida personal es muy importante. Sin embargo, aunque sea un tema muy importante Lamentablemente, en el campo de la pedagogía, la motivación es un fenómeno poco entendido. Por alguna razón, comunicar mensajes motivacionales a entrenadores, maestros y otras personas no es del todo exitoso.

El trabajo planteado hacer refresca de diferentes fuentes de información que han sido analizadas por y explicadas de manera que puedan ser utilizadas por los docentes como parte de sus estrategias, así como de aprendizaje que le ayuden a desarrollar sus clases en sus actividades de entrenamiento o práctica deportiva.

La justificación se basa en la necesidad por parte de los docentes s de educación física, pues no tiene material bibliográfico que le ayuden en su desarrollo diario.

Para el presente trabajo se han considerado los siguientes objetivos.

Objetivo general.

Analizar la importancia de la motivación en el desarrollo de las clases de educación física y la práctica deportiva.

Objetivos específicos.

- Describir el marco conceptual de la motivación.
- Describir la motivación como estrategia en el desarrollo de las clases de educación física.

El contenido del trabajo se divide de la siguiente manera:

El capítulo I, señala los aspectos relevantes de los conceptos y definiciones sobre la motivación.

El capítulo II, indica todo lo referido a las estrategias motivacionales que se deben utilizar en las sesiones de educación física y deportes.

Así mismo se dan a conocer las conclusiones, recomendaciones y referencias citadas.

CAPÍTULO I

MARCO TEÓRICO DE LA MOTIVACIÓN.

1.1. Definición de motivación

Motivación derivada de causas externas e internas del comportamiento humano. Pocos problemas psicológicos corren como la tinta como la motivación. A lo largo de la historia de la psicología, muchas teorías han elaborado, explícita o implícitamente, este concepto. Según Pérez y Caracuel (1997), la mayoría de estas teorías se pueden clasificar en torno a tres tipos de dicotomías, cada una de las cuales puede explicar la motivación con base en los siguientes métodos:

- Razones externas e internas (psicológicas o cognitivas).
- El proceso energético (activador) y el proceso de orientación del comportamiento.
- Nivel más alto (especialmente humano) y nivel más bajo de comportamiento (biológico, por lo tanto, compartido con los animales)

El autor antes mencionado afirma que la motivación se refiere a una idea multifacética, que contendrá todos los determinantes de la acción, es decir, un conjunto de factores que inician instintivamente un comportamiento específico en una situación específica (1997: 15). La motivación en sí es una idea generada por el comportamiento.

1.2. Teorías motivacionales en la educación física, actividad física y deportes

La motivación tiene un valor muy importante dentro del sistema educativa y deportivo según Manassero y Vázquez Alonso (2002) la motivación es un constructo hipotético no observable directamente, con un gran valor en la educación y un poder explicativo y predictivo de la conducta.

Sánchez Franyuti (2000) Describiéndola como una conducta resultante de la conexión entre necesidad-deseo-estímulo, la motivación es una conducta humana de Escartí y Corvello, Sáenz López Bañuel y Col. La (1999) la citaron como la dirección de la conducta humana y lo que tenemos. en un comportamiento, y constituye una de las principales preocupaciones de los docentes. Trasfondo deportivo y motivación Dada la importancia de la motivación, son muchas las teorías que intentan explicar y estudiar esta compleja estructura.

A continuación, propongo modelos y teorías para aclarar el panorama de la motivación en el trabajo educativo. La Web y el modelo fenomenológico social de Harry ha pasado por tres etapas. La primera etapa es la participación de la motivación intrínseca, se convierte en una relación social y es muy buena. El motivo principal de la transmisión local, la segunda etapa es la etapa de mejora y ganancia de competitividad - hay una interacción entre motivaciones internas y externas, la última es la etapa de motivación externa aclarando que no todos los practicantes han llegado al final Etapa.

Expectativas de reforzamiento (Crandal); y El modelo cognitivo (Tolman), considerado este último, el modelo dominante en el estudio de la motivación. (En: Robert, 1995)

La evolución de estos modelos nace de la apreciación de las personas que actúan desde el conocimiento, donde son inconsistentes con las motivaciones, desde esta perspectiva solo se necesita saber qué es bueno y qué es malo, y el problema está resuelto; Según Roberts, el modelo cognitivo social. (1995), contiene un conjunto de variables y valores cognitivos afectivos, que son el mediador entre la elección y el logro de las metas de desempeño.

Se presentan así tres miniteorías que representan a este modelo:

La autoeficacia de Bandura: La esencia de la teoría es que el sujeto tiene su efectividad personal y el peso de esta autoevaluación en la necesaria toma de decisiones, lo cual es

parte integral de cualquier proceso interactivo, como el proceso educativo y docente y sus resultados posteriores. El alumno decide y toma una decisión. El autor define cuatro fuentes de información para comprender su efectividad.

- Realice logros, basados en la experiencia de campo real de éxito y fracaso.
- Experiencia alternativa. Si una persona que creemos que es igual hace esto, yo también puedo
- Persuasión verbal: se utiliza para inducir al sujeto a creer que tiene la capacidad suficiente para lograr un determinado resultado.
- Impacto social en la percepción de las habilidades personales: cómo otras personas califican estas posibilidades y cómo esta evaluación externa resuena con esta percepción.

Competencia percibida: Guiar al individuo en los dominios cognitivo, social y físico, y ser determinado por el éxito (habilidad) o el fracaso (incompetencia); y / o implementar un modelo de metas basado en una explicación de la efectividad del trabajo.

La teoría atribucional de la motivación y de la emoción de Weiner: Se basa en la causalidad, el resultado produce efectos positivos (felicidad) o negativos (frustración), y trae sensación de éxito o fracaso; va a buscar la explicación del motivo.

Además del estudio de las diferentes teorías de la motivación, que ofrece una información actualizada de las tendencias del estudio de la motivación, se hace necesario definir algunas categorías psicológicas, que servirán para establecer el marco teórico desde el que se parte, que son los siguientes:

1.2.1.- Las necesidades

Para Rudik (1990) Las necesidades son la fuente de las actividades y acciones de la personalidad, se forman y expresan en el proceso de interacción entre los seres humanos y el medio ambiente y reflejan subjetivamente las necesidades humanas.

La demanda es la expresión del organismo del sujeto (todo) y del entorno en el que desarrolla sus actividades. Activan, guían y regulan el desempeño de la personalidad, es decir, el desempeño del sujeto conductual, y apuntan a la meta o la realización de la meta que tiene su dirección de actividad en base a su recompensa. Estas necesidades pueden ganar estabilidad, convertirse en atributos de la personalidad y determinar sus tendencias motivacionales relativamente estables.

Al analizar estas características de los requisitos, se puede concluir que es necesario utilizarlos para activar la posibilidad de funciones personales, y concienciarles del impacto de su contenido. Por su posibilidad de renovación, impone la creación de nuevas demandas. La reflexión subjetiva muestra que el proceso de enseñanza de la educación física debe ser individualizado e individualizado, con un contenido dual de emoción y cognición.

1.2.2.- Motivos de la actividad en la Educación Física

Para Castillo y Balaguer (2001) Existe una relación importante entre la motivación y la perseverancia en la actividad física, señalaron: Desde la perspectiva de los factores personales, se ha encontrado que la motivación es un factor importante para entender cómo participar y perseverar en la actividad física. actividades físicas.

Cabe señalar que el rasgo común de la encuesta de motivación es explicarla en términos de logro, salud, forma física, capacidad, diversión y sentido de pertenencia. La razón es la forma en que el sujeto representa sus propias necesidades a partir de su personalidad, y la persecución de estas razones es que realiza sus actividades.

González Rey Expresar la motivación es la forma en que la personalidad hipotetiza sus diferentes necesidades, que luego de su elaboración y procesamiento puede encontrar su expresión en diferentes manifestaciones específicas de comportamiento, reflexión y evaluación, dando así sentido, fuerza y dirección. personalidad. El autor

considera los objetos, las imágenes, los pensamientos, los sentimientos y las emociones del mundo exterior como motivos; en definitiva, todo encarna la inevitabilidad.

La motivación son los pensamientos y sentimientos de la persona que lo lleva a una actividad u otra. El motivo representa el motivo de la actividad y en él se especifican los requisitos.

1.2.3.- Las vivencias afectivas

En el proceso de sus propias actividades, las personas descubren si están satisfechas con sus necesidades y experiencias de acuerdo con su propia personalidad (autorregulación, autoevaluación, autoconciencia). Los resultados que obtiene de la actividad, éxito o fracaso, y si está satisfecho con sus necesidades. Estas experiencias pueden ser positivas, negativas o contradictorias, y sus manifestaciones pueden ir desde emociones positivas hasta la ira o el miedo; desde fortalecer o desintegrar la actividad del sujeto hasta evitarla. Se puede decir que existe una dependencia entre la experiencia emocional y la motivación, que es particularmente reconocida en Deportes de Sientop (1998).

1.2.4.- Actividad

Según Radio (1990) Se denominan actividades a una serie de acciones que realiza el ser humano para satisfacer sus necesidades e intereses.

Las actividades de cada persona en un entorno específico expresan su actitud hacia el objeto o proceso. En este caso, la educación física y el proceso de enseñanza, las características de las relaciones sociales están implícitas, y la estructura psicológica del campo de la motivación está en la forma más desarrollada, basada en la asimilación de ciertos valores y conceptos morales. Pensamientos y juicios, expresados como principal motivación de la conducta.

1.2.5-Autovaloración

Sabino, citado por González Carvalledo (2001), Se cree que la autoevaluación constituye una parte integral de la conciencia de las personas sobre sí mismas, sus fortalezas y habilidades, sus acciones, motivos y metas, sus actitudes hacia las cosas que las rodean, hacia los demás y hacia ellos mismos, incluida la evaluación de sus propias fortalezas y posibilidades. comprobar las propias habilidades, lo que permite al ser humano medir el poder de acuerdo con las tareas y requisitos del entorno, y proponer de forma independiente determinadas metas y tareas de acuerdo con el entorno.

Estudiar la motivación de las actividades deportivas. La autoestima está relacionada con la autoeficacia y la teoría de la comparación social de Bandura.

1.2.6.- Actitud

A la actitud se le reconoce los siguientes aspectos:

- Es un estado o tendencia de reacción.
- Es la encarnación de la personalidad y la motivación.
- Es un conocimiento expresado a través de experiencias previas.
- Se muestra en comportamiento o comportamiento.
- Como parte importante de la formación de actitudes, la experiencia emocional conecta la investigación de actitudes con la teoría de atribución de Weiner, la capacidad de percepción y las necesidades de logro.
- Esto depende de las normas del grupo o de las condiciones existentes.
- La relación entre actitud y actividad.

Castilla del Pino, citado por Asencio Aguilera, Las actitudes afirmativas, en última instancia, tienen una naturaleza emocional-emocional y constituyen comportamientos o distinciones conductuales y factores impulsores.

La psicología norteamericana otorga una gran importancia a las creencias y juicios de los objetos a la hora de determinar las actitudes. Según Bagozzi y Kimmel (en Polo

Martínez, sf), una actitud positiva hacia la actividad física está relacionada con la adopción y mantenimiento de un estilo de vida saludable (Pérez Samaniego, citado por Polo).

1.3.- El contexto deportivo y la motivación

La motivación es un elemento esencial de los métodos de educación física como el deporte, tiene un impacto significativo en el inicio, mantenimiento y / o abandono de la educación física por parte de los practicantes, también es útil para evaluar el rendimiento y la dirección y dirección del comportamiento de los deportistas. A partir de aquí, se puede establecer una estrategia de incentivos eficaz.

La motivación afecta significativamente el desempeño de un deportista o equipo, porque no solo depende de la preparación física, técnica o táctica del deportista. El desempeño eficaz requiere una motivación suficiente, que suele ser positiva.

La psicología del deporte ha incorporado el proceso motivacional en su investigación desde sus inicios (Cantón, Mayor y Pallares, 1990); en su investigación destacan dos tendencias, Europa y América del Norte. La tendencia europea se caracteriza por el interés de los psicólogos, no tanto por el desempeño sobresaliente del deportista, como por su motivación e interés por la tarea a realizar; estas encuestas se realizan principalmente en colegios deportivos y centros de medicina deportiva. En la investigación actual, es principalmente para la consecución de resultados y rendimiento de alto nivel de los deportistas, el trabajo de investigación se realiza principalmente en centros universitarios (Miranda y Barra, 2002).

1.4. La motivación en educación física, ejercicio físico y el deporte.

La teoría de la motivación por el logro considera que el objetivo de los deportistas es evitar el fracaso y estar orgullosos de sus propios logros, basándose principalmente en la investigación de quienes buscan demostrar sus habilidades y alcanzar el éxito. Pérez y Caracuel (1997) citaron a McClelland y Atkinson. Señalar que el deporte es una actividad

física, y se pueden encontrar y motivar individuos con estas características para lograr buenos resultados y / o evitar fallas en las competencias deportivas. El modelo de competencia (White, 1963; citado de Pérez y Caracuel, 1997) muestra que los deportistas con altos niveles de motivación al logro elegirán tareas complejas para demostrar sus habilidades y destrezas o dominio, y en las cuales alcanzar sus metas.

1.5. El clima motivacional de la actividad física, deportes y educación física.

Numerosos estudios han demostrado la importancia de la actividad física, el ejercicio y la educación física para mejorar los hábitos y promover una vida más activa y saludable, muchos de estos estudios señalan claramente que la pubertad es donde se reducen estas actividades (García Sandoval y Caracuel, 2007). En esta etapa, el motivo para realizar una determinada actividad y la disposición de los jóvenes a darle tiempo y espacio, está determinada por factores hedónicos, pero también restringida por el entorno como citas, amigos, trabajo, escuela, o simplemente porque no lo hicieron. encontrar actividad física o deportes y los deportes les brindan diversión.

Sin embargo, el ejercicio físico, el ejercicio y la educación física para este grupo de edad son fundamentales para la formación de hábitos, permitiéndoles tener una cultura de ejercicio físico y un mejor estilo de vida en el futuro. Miquel (1998) señaló que el problema fundamental actual ya no es convencer a las personas de los beneficios de la actividad física, sino diseñar estrategias que ayuden a las personas a participar en actividades físicas, deportes y programas de educación física durante mucho tiempo. Una vez que se sientan dentro. Ya no basta con proporcionar información, se necesitan acciones de diferentes sectores sociales, educativos y políticos para solucionar este problema.

A medida que avanza la edad, los jóvenes comienzan a estudiar en universidades, y la práctica de actividades físicas, deportes y educación física se reduce considerablemente, y su motivación es exigir demasiado trabajo. Se cree que la deserción escolar o el abandono de la actividad física, el deporte y la educación física a esa edad afectará su vida adulta, por lo que es necesario diseñar estrategias para evitar que los

jóvenes abandonen el deporte, como señala Miquel (1998).

Es necesario realizar investigaciones para comprobar los motivos o razones que dificultan el ejercicio físico, porque algunas instituciones cuentan con buenos espacios para la práctica del ejercicio físico y el deporte, y cuentan con entrenadores o profesores deportivos titulados, por lo que se debe incentivar a los jóvenes a practicar algunas actividades. En cambio, el resultado es el absentismo, lo que hace necesario analizar la causa o proceso motivacional para que los jóvenes puedan comprender e intervenir para concienciar sobre los beneficios del ejercicio físico.

En una atmósfera motivadora orientada a las tareas, los jóvenes deben disfrutar de las actividades durante la capacitación, establecer metas de aprendizaje, recibir comentarios sobre el aprendizaje y estar dispuestos a aprender y cooperar en lugar de ser castigados y corregidos. Este tipo de ambiente estimulante es adecuado para aquellos jóvenes que se inician en la actividad física, el deporte y la educación física.

1.6.- La educación física y su didáctica desde una perspectiva motivacional

Uno de los principales objetivos de la educación física es promover la práctica de actividades deportivas por parte de los estudiantes. En esta sociedad cada vez más sedentaria, la educación física juega un papel muy importante, convirtiéndose en ocasiones en el único momento para que los niños o adolescentes hagan ejercicio en una semana. La calidad de la experiencia en las clases de educación física será la clave para incrementar el interés por la práctica deportiva y las ganas de utilizar el tiempo libre para esta actividad. Si bien la carga de trabajo de la educación física en el sistema educativo peruano ha disminuido, aún existen estudios que muestran que los docentes de educación física son relevantes en la promoción de la actividad física en niños y adolescentes (González-Cutre, Sicilia, Beas-Jiménez y Hagger, 2014).

Si la educación física permite que los estudiantes se diviertan mientras adquieren habilidades motoras básicas, es probable que continúen practicando en su tiempo libre.

Sin embargo, si la clase de educación física se convierte en una experiencia traumática caracterizada por la falta de motivación y revela incompetencia para el ejercicio, entonces será difícil que los niños o adolescentes continúen con el ejercicio físico (Beltrán-Carrillo, Devís-Devis, Peiró-Velert y Brown, 2012).

Los profesores de educación física deben estar completamente familiarizados con este término para poder adoptar con éxito las estrategias que se describen a continuación. La teoría de la autodeterminación asume que todas las personas tienen tres necesidades psicológicas básicas: autonomía, capacidad y relación, y necesitan satisfacer estas necesidades en cualquier entorno en el que interactúen.

Motricidad e Investigación

La satisfacción de estas tres necesidades psicológicas básicas en el aula de educación física guiará a los estudiantes a experimentar más formas de motivación autónoma (identificada, integral y de ajuste interno). La característica de la normativa establecida es que la motivación del alumno para participar en las clases de educación física es tomar en cuenta el papel importante que juega la asignatura y los contenidos que allí aprende; por ejemplo, porque ha aprendido conceptos tácticos y desarrollado que pueden ser extendido a la práctica deportiva en el futuro O porque se dio cuenta de la importancia del ejercicio físico regular para la salud y aprendió los métodos de desarrollo físico que puede utilizar en su tiempo libre.

CAPITULO II.

ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS Y MOTIVACIONALES EN EDUCACIÓN FÍSICA

Partir de trabajos anteriores (González-Cutre, Martínez-Camacho, Gómez Rijo y Moreno, 2010; González-Cutre y Moreno, 2009; Moreno et al., 2011; Moreno y González-Cutre, 2006) y tratar de adaptarse a las especificidades Realidad del aula de educación física, para luego plantear y desarrollar en profundidad una serie de estrategias didácticas motivacionales específicas, agrupadas según su impacto en cada una de nuestras necesidades psicológicas básicas en nuestro trabajo de educación física como docente.

2.1. Estrategias para fomentar la competencia:

Proporcionar suficiente tiempo para realizar las tareas: Pensemos en ello, si en nuestro día a día alguien nos propone un acertijo, jeroglífico o acertijo, nos dice la respuesta antes de que podamos resolverlo, o peor aún, nos lo quitan ¿Qué pasará si usamos jeroglíficos y nunca lo contamos? nosotros la respuesta. O vamos más allá y llegamos a un ambiente de trabajo donde nuestro jefe nos pidió que preparáramos un informe importante durante la noche, y al final no tuvimos tiempo de terminarlo antes de la reunión. Sentiremos que no tenemos tiempo suficiente para realizar las tareas encomendadas, lo que genera una sensación de incompetencia. Esta idea se puede extender fácilmente a la educación física, y se divide en dos niveles: conversación y unidad didáctica.

En primer lugar, es importante que el maestro de educación física planifique bien el plan de estudios para que los estudiantes tengan tiempo de completar los requisitos. Por un lado, normalmente tres o cuatro tareas por clase son suficientes para lograr los objetivos del plan, por lo que los profesores no deben permitirse presentar muchas tareas,

porque los estudiantes no podrán experimentar el éxito además de malgastar el tiempo organizativo. Por otro lado, los docentes deben hacer planes preliminares de manera flexible, reflexionar en la práctica, observar el desarrollo de las tareas y brindar más tiempo cuando los estudiantes lo necesiten. En segundo lugar, a nivel de unidad didáctica, la unidad didáctica debe estar programada con el tiempo suficiente para desarrollar el contenido propuesto.

Desarrollar actividades novedosas: Las nuevas actividades que los estudiantes no conocen y, por lo tanto, no saben cómo realizarlas correctamente, parecen inducir sentimientos de incompetencia. Sin embargo, si seguimos la estrategia anterior y gradualmente introducimos nuevos contenidos y damos tiempo para absorberlos, la frescura se convertirá en un factor impulsor indispensable en la educación física. La búsqueda de la novedad es inherentemente universal, porque los niños de cualquier cultura son activos, curiosos y curiosos desde que nacen, y requieren un cierto grado de estimulación nueva (Deci y Ryan, 1985). De hecho, investigaciones recientes sugieren que la novedad puede ser la cuarta necesidad psicológica básica (González-Cutre, Sicilia, Sierra, Feriz y Hagger, 2016).

Establecer reglas para que todos se sientan partícipes: Al diseñar la tarea, los maestros de educación física deben hacer todo lo posible por establecer normas que faciliten la participación en condiciones similares, de modo que todos los estudiantes tengan la oportunidad de experimentar el éxito. El ejemplo más típico es que en cualquier juego de deportes de equipo se ha introducido la regla de que el balón debe pasar por todos los miembros del equipo para marcar un gol. Es interesante explicar a los estudiantes el motivo de esta regla, dejarles ver que todos deberían tener la oportunidad de aprender en ese tipo de entorno educativo.

Incidir en la importancia del esfuerzo y la superación personal: Como nos ha señalado la teoría de la meta de rendimiento (Nicholls, 1989), es importante que los profesores de educación física prioricen el sentido de habilidad de los estudiantes antes que el progreso personal de los estudiantes y sus esfuerzos para completar las tareas. Es necesario

deshacerse del concepto clásico de un aula de educación física basada en el desempeño, algunas de las personas más capaces marcan el estándar de éxito que todos deben cumplir y se refleja en ciertos estándares establecidos por los maestros de educación física. No todo el mundo puede superar a los demás, pero superarse a uno mismo sí. Por lo tanto, los profesores de educación física deben reconocer cuándo los estudiantes están mejorando y decirles claramente. Del mismo modo, la evaluación debe ser una fuente de aprendizaje significativo, que permita a los estudiantes saber qué están haciendo bien y qué necesitan mejorar.

Sería interesante incorporar un sistema de evaluación continua que permita registrar ciertos comportamientos y actitudes de los estudiantes y ver la evolución en el proceso, no solo la adquisición del producto final. Por otro lado, centrarse en la superación personal no excluye la competencia en las clases de educación física. Vivimos en una sociedad altamente competitiva y debemos educar a los niños y jóvenes para que se adapten a ella.

Reconocer el progreso individual: En la mayoría de los casos, los profesores de educación física utilizan la retroalimentación para corregir el bajo rendimiento de los estudiantes. Sin embargo, también es importante utilizar el refuerzo externo para señalar mejoras y logros. El alumno mismo a veces no se da cuenta de sus propios logros, y el maestro debe ayudarlo a lograrlo. El juicio de expertos es una referencia para motivar a los estudiantes a trabajar duro para completar la tarea.

Suministrar un feedback positivo: De acuerdo con la estrategia anterior, la forma en que el profesor pasa la información de corrección a los estudiantes es la clave. En la tarea de balonmano, dijo: ¿Eso es un pase? ¿Existe ese tipo de poder? Cómo decirlo: Ver que tu compañero no está marcado es un buen intento, pero el pase es un poco corto. La próxima vez intente mover el brazo un poco hacia atrás, una vez que suelte la pelota, continúe con esta acción para darle más fuerza. Ánimo, debes entenderlo. Por lo tanto, la retroalimentación prescriptiva debe usarse para decirle al estudiante cómo corregir su comportamiento (o preguntar para que sea consciente de ello), combinada con

retroalimentación emocional. La estrategia del sándwich es el ejemplo más común de retroalimentación positiva. La parte de arriba está bien hecha, el chorizo es un fracaso, la parte de abajo es una frase de aliento y confianza, puedes lograrlo bien.

Convencer al alumno de que siempre se puede mejorar: La literatura describe dos creencias sobre la competencia (Dweck, 1999). Algunos estudiantes piensan que sus habilidades son estables y dependen de los talentos, no importa cuánto trabajen, no mejorarán (creencia principal). Sin embargo, otros creen que si trabajan duro y trabajan duro, definitivamente lo harán mejor (creencia incremental). Dada la heterogeneidad del aula de educación física, a menudo nos encontramos con alumnos que reflejan una creencia importante y utilizan frases como: el profesor no sale a expresarlo. No puedo hacer esto No soy bueno en esto. Como creencias, es trabajo del maestro cambiarlas. El uso de las estrategias relacionadas con la competencia que se describen aquí es el primer paso para hacerlo.

Utilizar la música en la clase de educación física: Aunque no se debe abusar de ella porque perderá sus características sorprendentes y novedosas, es divertido incorporar la música en el plan de estudios de educación física. Los estudios han demostrado que el efecto motivacional de la música puede cambiar las actitudes y la autoevaluación al mejorar la percepción y desarrollar un sentido de control (Karageorghis, 2017; Priest y Karageorghis, 2008). Esto también afectará a una mayor persistencia, nivel de trabajo y persistencia en la práctica. Por ejemplo, puede usar música cuando ejercita la resistencia corriendo (simulando situaciones diarias, como correr con un reproductor de MP3) o jugando juegos deportivos competitivos.

Establecer objetivos a corto plazo y adaptados al nivel de alumno: Por un lado, haga que los alumnos sientan que van progresando poco a poco. El concepto de progreso del aprendizaje es muy relevante aquí. El objetivo final debe dividirse en pequeños objetivos que los estudiantes deben poder absorber. En una misma conversación, podemos pasar de lo más simple a lo más complejo. Por ejemplo, en un juego de fútbol donde controlamos y pasamos el balón, podemos comenzar con una situación de todos contra todos más

estática donde los jugadores en el medio intentan robar el balón y evolucionan a una situación de juego modificada con múltiples goles para terminar manteniendo el movimiento original Reglas del juego. Del mismo modo, en una unidad didáctica, debemos organizar específicamente algunos cursos para aprender los elementos básicos, de modo que cuando los estudiantes se den cuenta de que controlan estos elementos en el futuro, se les ocurran más escenarios de aplicación.

Implicar al alumno en la realización de demostraciones: A veces es común utilizar a los estudiantes para demostrar cierto rendimiento deportivo. Aunque el uso de grupos de estudiantes puede ser un buen recurso para demostrar que cualquier persona puede desarrollar habilidades, también puede ser un factor de conflicto. Por un lado, es importante preguntar a los alumnos si están dispuestos a demostrar, en lugar de obligarlos a hacer cosas que parecen ridículas frente a todos sus compañeros. Ante la ausencia de voluntarios o alumnos demostrando pasivamente, debemos usar la persuasión para hacerle darse cuenta de que no va a pasar nada, y tratar de motivarlo a tomar acción, pero no forzarlo; por otro lado, el docente debe cambiar el uso de La persona que realiza la presentación para que todos se sientan importantes y evitar la estigmatización de los más capaces (el emchufado) o de los más incompetentes (inútiles).

Evitar agrupar al alumnado siguiendo criterios de competencia: Si bien comentábamos que los estilos individualizados a veces son útiles y los docentes deben explicar claramente el propósito de enseñar a los alumnos, lo cierto es que, en otros casos, los docentes deben evitar que los grupos revelen quién es menos competente. El ejemplo más obvio es que el profesor permite que los estudiantes se preparen para agruparse libremente y pide a dos estudiantes que pidan continuamente a sus compañeros que formen dos grupos, cada vez que la persona con el nivel de habilidad más bajo se queda al final. El maestro decidió alinearse según la posición obtenida para que Angelito (chico gordo) fuera bajado a la última posición. Aunque trató de ubicarse en octavo lugar, el maestro se encargó de sacarlo de allí y recordarle que era el último.

2.2. Estrategias para fomentar la autonomía:

Dar posibilidad de elección y fomentar la participación en el proceso de toma de decisiones: Existen infinidad de cosas que el docente de educación física puede dar a elegir al alumnado, permitiendo su participación en el proceso. A continuación, ponemos algunos ejemplos:

Objetivos: Anteriormente hemos comentado que para mejorar la percepción de habilidades es necesario establecer metas adecuadas para los estudiantes. Además de las estrategias mencionadas en la sección anterior, otra estrategia podría ser permitir que los estudiantes elijan estos objetivos por sí mismos. Por ejemplo, en un entrenamiento de la musculatura del tronco, podemos establecer un mínimo de 15 repeticiones y un máximo de 30 repeticiones de cada ejercicio, para que el alumno se adapte a sus posibilidades, de manera de cubrir las necesidades de capacidad y autonomía.

Contenidos: Puedes proponer contenidos o tareas que persigan un mismo objetivo para que los alumnos decidan cuál les gusta más. Por ejemplo, deben elegir entre diferentes deportes colectivos o individuales, o entre diferentes juegos alternativos o tradicionales, o entre actividades de diferente naturaleza. También puede elegir entre dos actividades específicas de mejora de la aptitud aeróbica que generalmente se enseñan en los gimnasios. Incluso en los propios libros de texto / libros de educación física de los estudiantes, se pueden proponer dos actividades con el mismo propósito, de modo que los estudiantes solo puedan hacer una de sus favoritas o llamar su atención, lo que puede convertirse en un pasatiempo similar a la educación física. Cuadernos de actividades elaborados por niños en verano.

Reglas de un juego: Los alumnos pueden inventar sus propios juegos e incluso proponer reglas en los juegos propuestos por el profesor. Por ejemplo, en un juego por equipos, el equipo debe intentar pasar diez veces, y el equipo contrario no roba el balón, se puede determinar que en cada punto, un equipo decide el tipo de pase que debe pasar.

Espacio: Si disponemos de diferentes instalaciones, podemos dejarles elegir el lugar de trabajo. Además, si organizamos rutas de senderismo o senderismo, podemos ofrecerte diferentes posibilidades y elegir la que más te guste. Del mismo modo, al restringir el espacio en las diferentes tareas propuestas, se puede pedir a los estudiantes su opinión. Por ejemplo, en un juego de voleibol 3 X 3, pueden elegir el largo y ancho del campo.

Tiempo: Otra variable que podemos utilizar para otorgar autonomía es el tiempo. Al presentar las tareas, podemos involucrar a los estudiantes para que decidan cuánto tiempo quieren que dure la tarea.

Material: Por ejemplo, puedes elegir balonmano o baloncesto para un juego de pases colectivo; o entre mancuernas, gomas o la propia resistencia de tu compañero, en una tarea destinada al entrenamiento de fuerza. De igual forma, resulta muy motivador el uso de materiales para la autoconstrucción en diferentes unidades didácticas de deportes, juegos alternativos y tradicionales (Fernández-Río y Méndez-Jiménez, 2012). También, dentro de un modelo disciplinario de adiestramiento (Del Villar, 2001),

Técnica de enseñanza y estrategia en la práctica: Se puede preguntar a los estudiantes si quieren que el profesor explique directamente cómo realizarlo para una habilidad específica (orientación directa), o si quieren crear una secuencia de indagación de estilo de enseñanza. Lo mismo ocurre con las estrategias en la práctica. A los estudiantes se les puede preguntar si prefieren tratar un contenido específico de manera parcial (de una manera más analítica) o de manera televisiva o global.

Normas de comportamiento: Muy útil es el modelo de asignatura de aplicación de dinámica de grupo (Del Villar, 2001), en este modelo el docente de educación física establece reglas en la primera clase del curso de manera que se llega a un consenso con los alumnos, para que éstos puedan cambiar sus comportamientos responsables.

Evaluación: Los estudiantes pueden intervenir en el diseño de herramientas de evaluación, el porcentaje de asignación, e incluso en el mismo proceso, evaluar a los compañeros (co-evaluación) o autoevaluación.

Explicar los objetivos didácticos de cada actividad: Aunque algunas personas pueden pensar que esto es una pérdida de tiempo, la investigación muestra claramente que al proponer un evento, reunión o unidad didáctica, debe explicar el objetivo que persigue. El hecho de que el alumno sepa por qué tiene que hacer algo le hace sentirse descontrolado y más autónomo. Si el profesor de educación física propone una tarea sin decirles a los estudiantes lo que están haciendo y por qué es importante, surgirá una sensación de compulsión, especialmente en las tareas que no les gustan a los estudiantes. Por ejemplo, sin ninguna explicación, se le pidió al alumno que hiciera 30 abdominales, se le explicó los beneficios para la salud de acondicionar la musculatura del tronco, enfocándose en la estabilidad y resistencia de la columna, que no es lo mismo. abdomen.

No crear dependencia de las recompensas: Aunque ya hemos mencionado que la retroalimentación es muy importante para mejorar el sentido de capacidad, los profesores no deben abusar de ella. La retroalimentación es más necesaria en las primeras etapas del aprendizaje, y luego los estudiantes deben aprender a hacer demandas. Después de todo, la clase de educación física persigue la práctica de actividades deportivas autónomas, y los estudiantes no suelen necesitar que el maestro esté presente para implementar las sugerencias hechas. Además, trate de evitar comportamientos que sean solo para una recompensa determinada, como jugar un juego al final de la sesión. Las recompensas se pueden utilizar de vez en cuando, pero no puede ser la tendencia general, porque ya hemos comentado que la supervisión externa está relacionada con consecuencias más negativas.

Utilizar estilos de enseñanza participativos: El estilo participativo de asignar roles docentes a los estudiantes (Delgado Noguera, 1991) es la mayor manifestación de la autonomía de la educación física. Entre estos estilos, encontramos la enseñanza recíproca, la enseñanza en grupo y la microenseñanza. En la enseñanza recíproca, el rol de observador / corrector se asigna a los estudiantes, de modo que uno o más compañeros actúen y el otro les dé retroalimentación (por ejemplo, doble pase en voleibol). La formación en observación adecuada y progresiva es muy importante y proporciona una tabla de observación con poco contenido (para evitar la sobrecarga de información) pero con una definición precisa.

Utilizar estilos de enseñanza basados en la técnica de indagación: El estilo cognitivo (guía de descubrimiento y resolución de problemas) y la creatividad (Delgado Noguera, 1991) también proporcionan al alumno una gran autonomía, pues debe encontrar la forma más eficaz de resolver los problemas planteados. Es muy importante que el docente establezca una secuencia de preguntas didácticas para guiar a los estudiantes a descubrir la única respuesta efectiva bajo la guía del descubrimiento, encontrar varias soluciones efectivas bajo la condición de resolver el problema, o todas las posibles soluciones se pueden utilizar libremente con creatividad. En el proceso de indagación, es conveniente compartir soluciones en pequeños grupos para lograr la participación activa de todos los estudiantes, y luego llegar a un consenso con los docentes en grupos grandes y pequeños.

2.3.-Estrategias para fomentar la relación:

a) Relación entre alumnos

Fomentar la interacción grupal:

Como se mencionó anteriormente, la educación física es una disciplina que puede promover las relaciones sociales entre los estudiantes en mayor medida debido a sus características únicas de interacción deportiva. Es significativo proponer una tarea cooperativa con un objetivo común, en el que todos los miembros del equipo deben lograr este objetivo. Del mismo modo, los profesores de educación física pueden mejorar las relaciones mediante la agrupación.

En esta línea, puede resultar muy útil aplicar el estilo social (Delgado Noguera, 1991) en un momento determinado del curso (por ejemplo, al inicio, cuando se desconoce el grupo). Los siguientes son algunos ejemplos de tareas que se ajustan a los principios del estilo social:

- Para partidos de grupo seguidos, debes pasar el balón de adelante hacia atrás con las manos (por encima de la cabeza y por debajo de las piernas), de modo que cuando el

último jugador reciba el balón, corre a la primera posición con la pelota en su mano y enviarla de regreso.

- Los estudiantes se paran frente a frente en dos filas, toman las manos de sus compañeros al frente y forman una red. Un alumno se invierte en la red y la mantiene hasta el final de la red.

Una estrategia interesante para cambiar de grupo durante las reuniones sociales es distribuir una carta de la baraja española, y luego agrupar por palo y número, aumentando gradualmente el número de componentes (por ejemplo, parejas, espada y garrote, oro y copa; lo mismo, Pero la espada es de oro, el palo es la copa; ahora es un grupo de cuatro con el mismo número; ahora es un grupo de diez, todas las ropas son iguales, etc.).

Utilizar formas de agrupación flexibles y heterogéneas: En educación física, los profesores no siempre tienen como objetivo socializar. Por lo tanto, la clave para la agrupación es combinar diferentes sistemas existentes. A veces, el maestro agrupará al azar, a veces los equilibrará, a veces reunirá a las personas pobres y fuertes para que se enseñen unos a otros, a veces permitirá que los estudiantes se agrupen libremente. Y su mejor amigo. Para lograr un buen desarrollo social, es necesario no abusar de ningún sistema de agrupación y utilizarlos indistintamente.

Evitar la rivalidad entre compañeros y desarrollar el autocontrol: Hemos dicho antes que los profesores de educación física deben desarrollar una competencia sana, centrándose en la superación personal, el desarrollo de la deportividad y la adquisición de valores. Sin embargo, puede haber conflictos entre los estudiantes en el proceso de completar la tarea. Es importante educarlos sobre el autocontrol para que no hagan cosas de las que puedan arrepentirse o causar problemas (insultos o agresiones a sus parejas). La analogía de la lata de Coca-Cola es muy interesante. Si una Coca-Cola puede caerse al suelo y la abrimos en cuanto cae, el líquido saldrá disparado y salpicándonos. Sin embargo, si esperamos un rato, podemos abrir el tarro sin mojarnos. La situación de las latas de Coca-Cola es similar a los problemas que pueden surgir con los socios.

b) Relación profesor-alumno

Crear un clima de preocupación y ser inteligente emocionalmente: El concepto de atención a la atmósfera (Gano-Overway & Guivernau, 2014) se refiere al cuidado de los estudiantes fuera del aula. Además de ser docentes de un determinado contenido, los docentes también son educadores que influyen en la vida de las personas. Los docentes deben estar interesados en los problemas y problemas de la vida diaria de los estudiantes, mantener una relación cercana sin perder su estatus. Es una fuente de confianza y apoyo para los estudiantes, preguntando a sus amigos, familiares, actividades extraescolares (deportivas y no deportivas), avances en otras materias, etc. de vez en cuando.

El modelo de asignatura de desarrollo personal y social (Del Villar, 2001) intenta descubrir las causas de las conductas destructivas y tiene una buena comprensión de situaciones importantes en torno a los estudiantes, lo que también es muy adecuado para esta idea.

Mostrar pasión: Uno de los elementos más importantes del desempeño docente es mostrar entusiasmo por el trabajo realizado. Se ha comprobado que la pasión es contagiosa y se transmite a través de mecanismos psicológicos y fisiológicos relacionados con las neuronas espejo. Si veo una cara sonriente, sonreiré. Si veo una cara de mal humor, estaré de mal humor. La pasión armónica (no compulsiva) está relacionada con el estado de ánimo y la influencia positiva, mejor calidad de las relaciones y mayor satisfacción con la vida (Vallerand, 2012). Los estudiantes sienten el entusiasmo del maestro, lo que los inspira a involucrarse más en lo que hacen.

Tener en cuenta la importancia motivacional de cada sesión: El modelo jerárquico de motivación intrínseca y extrínseca (Vallerand, 2007) estableció que la motivación situacional (en una tarea, conjunto de tareas o conversación) afecta significativamente la motivación situacional (hacia la educación física). Por ello, el docente de educación física debe valorar cada momento de su interacción con los alumnos, pues todos estos momentos están relacionados con la motivación. Un docente puede tener uno o más días malos por problemas personales, pero cuando ingresa al aula, como profesional, debe

esforzarse por dejar atrás el problema en lugar de pagar el precio con los alumnos. Hay un dicho que dice que lo malo es siete veces más importante que lo bueno. Por lo tanto, debido a los problemas personales del docente y al desempeño injusto frente a los alumnos, es posible que ya no sean aceptados por ellos, aunque quieran cambiar de actitud. en el futuro.

CONCLUSIONES

Primero: La pedagogía se establece principalmente a través de la experiencia en nuestro país, pero hoy se empieza a comprender el mecanismo de explicación científica del concepto introducido hace muchos años, que involucra información inicial, retroalimentación, organización y control. Tiempo o habilidades y estilo de enseñanza. Esta monografía intenta mostrar cómo todos estos conceptos se relacionan con la estructura que determina la dirección, intensidad y persistencia de la conducta del alumno: la motivación. Hay muchas formas de cultivar las necesidades psicológicas básicas de los estudiantes, mejorar su motivación para la autonomía y lograr resultados más positivos como aprender, disfrutar y perseverar en el ejercicio físico.

Segundo: La literatura muestra que el modelo de educación física puede ser uno de estos métodos. Espero que a través de esta monografía pueda aportar un granito de arena para mejorar mi pasión por la educación física y la educación física. Profesores, espero que muchos de los ejemplos que se han dado se conviertan en una fuente de estímulo, para que ustedes puedan aportar más y adaptarse a la realidad de su clase.

RECOMENDACIONES

- Se recomienda capacitar y actualizar a docentes de todo el Perú, especialmente en este tema, cuyo único propósito es motivar continuamente a nuestros alumnos a realizar ejercicios físicos y ejercicios físicos para evitar un estilo de vida sedentario.
- Se recomienda que todos los expertos en deportes de Ugeles organicen talleres de inspiración para maestros de primaria, primaria y secundaria. ¿Por qué no decir en un nivel superior? Aquí es donde este tipo de tema es muy necesario. Aunque no es todo, pero si es un niño Componente básico del desarrollo en el desarrollo de la vida correspondiente.

REFERENCIAS CITADAS

- Beltrán-Carrillo, V. J., Devís-Devís, J., Peiró-Velert, C., y Brown, D. H. K. (2012). When physical activity participación promotes inactivity: Negative experiences of Spanish adolescents in physical educación and sport. *Youth and Society*, 44, 327.
- Cury, A. (2007). *Padres brillantes, maestros fascinantes*. Barcelona: Planeta.
- Deci, E. L., y Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivación and self-determination in human behavior*. New York: Plenum.
- Deci, E. L., y Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of gol pursuits: Human needs and the self-determination of behaviour. *Psicológica Inquiry*, 11, 227-268.
- Delgado Noguera, M. A. (1991). *Los estilos de enseñanza en la educación física. Propuesta para una reforma de la enseñanza*. Granada: I.C.E. de la Universidad de Granada.
- Ministerio de Educación. (2009) “Diseño Curricular Nacional”. Lima Perú. Pág. N° 284.
- ROMERO, Astolfo. Actividad física beneficiosa para la salud. En: efdeportes.com [En línea]. Buenos Aires (Argentina). 2003, Año 9 No 63. [Citado en agosto de 2003]. Disponible desde: <http://www.efdeportes.com/efd63/activ.htm> RUIZ, Francisco; GARCÍA María E y DÍAZ, Arturo. Análisis de las motivaciones de práctica de actividad física y de abandono deportivo en la Ciudad de La Habana (Cuba). En: *Anales de psicología*. [En línea]. Murcia (España) Vol. 23 - N° 1. [Citado en junio de 2007]. Disponible desde: <http://www.um.es/analesps/v23/v23_1/19-23_1.pdf >

RUIZ, F.; GARCÍA, M.E. y DÍAZ, A. (2007). “Análisis de las motivaciones de práctica de actividad física y de abandono deportivo en la ciudad de La Habana (Cuba), Anales de Psicología, 1(23), pp. 152-166.

SABINO. Carlos A. El Proceso de Investigación. En: Metodología de la Investigación – Cómo se realiza el muestreo. [En línea]. Disponible desde: <http://jtrejosparra.googlepages.com/metodolog%C3%ADadelainvestigaci%C3%B3n>

Sáenz López Buñuel, P. y Cols. (1999) La Motivación en las Clases de Educación Física. En: EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 4, N° 17. <http://www.efdeportes.com/efd17a/motiv.htm>

Sánchez Franyuti, M. (2000) La Motivación en la Clase de Educación Física. http://www.cpar.sep.gob.mx/dgef/htmllecturas/otras/la_motivaci3n.html.

Siedentop, D. (1998) Aprender a Enseñar la Educación Física. INDE Publicaciones. Zaragoza.

TORRE, E.; CÁRDENAS, D. y GARCÍA, E. (2001). “La motivación en la práctica físico deportiva”. Consultado el 5 de noviembre de 2007 en [http:// www.efdeportes.com](http://www.efdeportes.com), 7 (39).

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA, Disponible desde :< <http://www.utp.edu.co/institucional/htm/resena.php> >

La motivación como estrategia didáctica en la clase de educación física y deportes

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	www.efdeportes.com Fuente de Internet	7%
2	repositorio.untumbes.edu.pe Fuente de Internet	3%
3	core.ac.uk Fuente de Internet	3%
4	Submitted to Universidad Catolica de Santo Domingo Trabajo del estudiante	1%
5	zagan.unizar.es Fuente de Internet	1%
6	Submitted to Universidad Catolica De Cuenca Trabajo del estudiante	1%
7	dialnet.unirioja.es Fuente de Internet	1%
8	Submitted to Universidad de Salamanca Trabajo del estudiante	1%

9	Submitted to Unviersidad de Granada Trabajo del estudiante	<1 %
10	Submitted to Universidad Autónoma de Nuevo León Trabajo del estudiante	<1 %
11	Submitted to Universidad Pontificia de Salamanca Trabajo del estudiante	<1 %
12	Submitted to Institut Nacional d'Educació Física de Catalunya Trabajo del estudiante	<1 %
13	www.encuentros-multidisciplinares.org Fuente de Internet	<1 %
14	Submitted to Universidad Nacional Abierta y a Distancia, UNAD,UNAD Trabajo del estudiante	<1 %

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 15 words

Excluir bibliografía

Activo



Dr. Segundo Oswaldo Alburquerque Silva
Asesor.