

Motivational climate towards sport according to gender, degree and level of physical activity in undergraduate students of Education

Clima motivacional hacia el deporte según sexo, titulación y nivel de actividad física en estudiantes universitarios de educación

Pablo Jerez López

Universidad de Granada; pjerez@correo.ugr.es

ABSTRACT

During the past years, the practice of physical activity has turned into a necessary way to improve our health, due to it, many authors have studied some factors which can intercede in its fulfilment. This descriptive and cross-sectional research was conducted on a sample of 571 undergraduate students of Education Faculty the University of Granada. The purpose of this study is to analyse the motivational climate and its relation with socio-demographic aspects such as sex, degree and level of physical activity, using as main instrument the PMSCQ-2 questionnaires. The results showed that male participants are associated to higher marks on Ego Climate, as well as being a Social Education student is related to a bigger Task Climate orientation. The practice of physical activity also affects the Task Climate and encourages team work. In short, this research has demonstrated that motivation affects positively to Task Climate and negatively to Ego Climate, verifying also some differences owing to the age of the participants.

KEYWORDS

Motivation; Undergraduate students; Gender; Degree; Physical activity.

RESUMEN

La práctica de actividad física se ha convertido en los últimos años en un medio necesario para mejorar la salud, razón por la que numerosos autores han estudiado algunos de los factores que pueden intervenir en su realización. Esta investigación, de tipo descriptivo y corte transversal, realizada a una muestra de 571 estudiantes universitarios de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Granada, tiene como objetivo el análisis del clima motivacional y su relación con aspectos sociodemográficos como sexo, titulación cursada y práctica de actividad física, empleando como principal instrumento el cuestionario PMSCQ-2. Los resultados depararon que ser varón se asocia con

mayores puntuaciones en Clima Ego, así como ser estudiante de Educación Social se relaciona con una mayor orientación hacia el Clima Tarea. La práctica de actividad física también repercute en el Clima Tarea y la búsqueda del trabajo en equipo. En definitiva, se demuestra que una buena motivación afecta positivamente al Clima Tarea y negativamente hacia el Clima Ego.

PALABRAS CLAVE

Motivación; Estudiantes universitarios; Género; Titulación; Actividad física.

1. INTRODUCCIÓN

La sociedad en la que nos encontramos está cambiando su filosofía y, prueba de ello, son los numerosos casos de personas que cada día asumen el concepto de vida activa como un principio indispensable de salud y bienestar. El ejercicio físico se ha convertido en uno de los agentes fundamentales de esta transformación, cimentando las bases de cualquier estilo de vida saludable (García-Laguna, García-Salamanca, Tapiero-Paipa y Ramos, 2012).

Por su parte, la comunidad científica certifica un gran consenso sobre los beneficios de la práctica regular de actividad física como medio de prevención de enfermedades y de que un estilo de vida activo genera numerosos beneficios para la salud (González-Serrano, Huéscar y Moreno, 2013). No obstante, algunos estudios como los de Moscoso, Martín, Pedrajas y Sánchez (2013) recogen el alto porcentaje de jóvenes inactivos o con escasa actividad.

Esta falta de actividad física, unida a los elevados índices de obesidad en la sociedad actual (Larson, Davey, Caspi, Kubik y Nanney, 2017) y al sedentarismo de este sector (Chacón et al., 2017), hace que la motivación hacia el ejercicio físico y la adhesión al mismo se convierta en una piedra angular para nuestra sociedad (Texeira, Carraça, Markland, 2012; Franco, Coterón, Gómez y Laura, 2017).

Y es aquí donde se exponen dos teorías socio-cognitivas que permiten explicar los factores motivacionales que se encuentran implicados en la práctica físico-deportiva (García-Calvo, Sánchez, Leo, Sánchez y Amado, 2011; Jiménez, Moreno, Leyton y Claver, 2015): la Teoría de la Autodeterminación y la Teoría de las Metas de Logro, cuyos resultados han sido correlacionados en diferentes estudios (Almagro, Sáenz-López, González-Cutre y Moreno-Murcia, 2011).

La Teoría de la Autodeterminación parte de un concepto fundamental, recogido por Deci y Ryan (2000), sobre la concepción de las necesidades psicológicas básicas como algo innato, universal y esencial para la salud y el bienestar. Siguiendo esta línea, se postula que la motivación se instituye como un continuo que abarca los diversos grados de autodeterminación de la conducta (Marcos,

Orquín, Belando y Moreno-Murcia, 2014; Jiménez et al., 2015). En el extremo menos autodeterminado se encuentra la desmotivación o falta absoluta de motivación, mientras que en el polo opuesto se topa la motivación intrínseca (conducta más autodeterminada), en la que la actuación es motivada por el placer, la satisfacción y el disfrute que en sí misma genera. En zona intermedia, influida por agentes externos, se halla la motivación extrínseca, que a su vez puede fraccionarse según el nivel de autodeterminación en: externa (motivada por recompensas externas o para evitar castigos), introyectada (motivada por el sentimiento de culpabilidad o vergüenza) o identificada (motivada por los beneficios de la acción en sí).

Por su parte, la Teoría de las Metas de Logro se ha convertido en otro cimiento con el que se persigue explicar la motivación hacia la práctica de actividad física, pues emplaza a las personas como agentes movidos por el logro de una acción (Troncoso, Burgos y López-Walle, 2015). Siguiendo esta teoría, el sujeto puede adoptar un criterio u otro en función de sus características personales, así como de aspectos sociales y situacionales, vinculando consecuencias tanto afectivas como cognitivas y conductuales (Jiménez et al., 2015).

De esta forma, el clima motivacional hacia la práctica físico-deportiva puede orientarse, por un lado, hacia el Clima Ego, es decir, se orientan las metas de logro hacia el rendimiento de los individuos en la práctica; lo que motiva al sujeto es conseguir mayor rendimiento y reconocimiento social que los demás, demostrando una mayor habilidad. Este caso refleja logros cosechados por el talento natural y no por un proceso de trabajo (Méndez-Giménez, Fuernández-Río, Cecchini y González, 2013).

Por otro lado, se puede orientar hacia el Clima Tarea: también conocido como clima maestría, que orienta las metas de logro de cada sujeto hacia la consecución de objetivos en la práctica, fruto de la superación personal. De este modo, los individuos adheridos a este clima motivacional se encuentran motivados por la mejora de sus habilidades en el deporte, el esfuerzo para alcanzar sus metas (Cuevas, García-Calvo y Contreras, 2013; Méndez-Giménez, Fernández-Río y Cecchini, 2014).

Todo ello refleja la importancia de la motivación como un factor clave en el aprendizaje, pudiendo influir en los resultados, pues estos están a menudo atribuidos a la motivación de los estudiantes y el ambiente que genera tal motivación (Coterón, Franco, Pérez-Tejero y Sampedro, 2013; Jaakkola, Ntoumanis y Liukkonen, 2016), así como sobre la adquisición de estilos de vida saludables, tan importantes a estas edades; siendo el docente quien debe ocupar un rol fundamental en la creación de este ambiente o clima motivacional, pese a la fuerte influencia del entorno más cercano al alumno, familia y amigos (Zamarripa, Castillo, Tomás, Tristán y Álvarez, 2016).

Asimismo, tal y como indican estudios como los de Práxedes, Sevil, Moreno, del Villar y García-González (2016) o los de Rico-Díaz, Arce-Fernández, Padrón-Cabo, Peixoto-Pino y Abelairas-

Gómez (2019), resulta evidente la necesidad de investigar la motivación hacia la práctica de actividad física en aquellas personas que el día de mañana van a convertirse en referentes de los más pequeños, donde verdaderamente está el cambio que la sociedad precisa en este ámbito.

Así pues, el presente estudio se plantea como objetivo principal analizar la relación entre el clima motivacional y factores sociodemográficos como el sexo, la titulación cursada y la práctica de actividad física realizada.

2. MÉTODOS

2.1. Diseño y participantes

Se ha realizado un estudio no experimental, de tipo descriptivo y corte transversal. Para ello, se contó con una representación de 571 estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Granada, con edades comprendidas entre los 18 y 37 años de edad ($\bar{x} = 21,68$; $DT = 3,13$), representando un 27,8% ($n = 159$) al género masculino y un 72,2% ($n = 412$) al femenino.

Como criterio a la hora de seleccionar a los participantes, se realizó un muestreo por conveniencia fijando criterios de inclusión y exclusión, intentando acotar la muestra al terreno educativo, siendo escogidos alumnos del Grado de Educación Primaria, Grado de Educación Infantil y Grado de Educación Social, aunque también aparecen otros integrantes de otras ramas (máster y doctorado).

2.2. Instrumentos

En la presente investigación se escogió el cuestionario del Clima Motivacional Percibido en el Deporte (PMCSQ-2), elaborado por Newton, Duda y Yin (2000). Este test está compuesto por 33 ítems, los cuales se puntúan mediante una escala de tipo Likert de cinco opciones, en la cual “1 = Totalmente en desacuerdo” y “5 = Totalmente de acuerdo”. La estructuración de los ítems se llevará a cabo en dos categorías, con tres subcategorías en cada una de ellas. El Clima-Tarea se constituye por el Aprendizaje Cooperativo (ítems 11, 21, 31 y 33), el Esfuerzo/Mejora (ítems 1, 8, 14, 16, 20, 25, 28 y 30) y el Papel Importante (ítems 4, 5, 10, 19 y 32). Mientras que el Clima-Ego comprende el Castigo por Errores (ítems 2, 7, 9, 15, 18 y 27), el Reconocimiento Desigual (ítems 3, 13, 17, 22, 24, 26 y 29) y la Rivalidad entre miembros (ítems 6, 12 y 23). En el presente estudio, se obtuvo una fiabilidad en este instrumento de $\alpha = 0,77$.

Asimismo, se ha llevado a cabo un cuestionario Ad hoc específico para registrar variables de tipo sociodemográfico como: sexo, titulación y nivel de actividad física.

2.3. Procedimiento

Para la realización del presente estudio, se solicitó la colaboración de los participantes para la cumplimentación de los cuestionarios anteriormente citados. Se les invitó a la realización de los diversos cuestionarios, facilitando un enlace con el que los alumnos pudieron rellenar los mismos a través de un dispositivo electrónico; en este caso, móviles y portátil.

Dicha recogida de datos tuvo lugar durante el horario lectivo, transcurriendo el proceso sin incidencias y con la presencia en todo momento del investigador. Puesto que se trataba de una investigación científica, se aseguró a los participantes que se respetaría el derecho de confidencialidad de la información proporcionada.

2.4. Análisis de datos

El análisis estadístico de este estudio se ha realizado a través del software estadístico IBM SPSS® 22.0. Para el análisis descriptivo básico se utilizaron frecuencias y medias. Por otra parte, el estudio de relaciones se realizó a través de una T de Student para variables dicotómicas y mediante ANOVA de un factor para aquellas variables con más de dos categorías. La consistencia interna de los instrumentos manejados fue constatada mediante el Alpha de Cronbach, cuyo índice de confiabilidad ha sido fijado en el 95,5%.

3. RESULTADOS

La Tabla 1 revela una representación de un 27,8% de participación masculina y un 72,2% de femenina. A su vez, refleja la distribución de las titulaciones cursadas por la muestra, concretando que el 61,6% de los encuestados cursa el Grado de Educación Primaria, el 13,7% el Grado de Educación Infantil y el 17,3% el Grado de Educación Social, mientras que el 7,4% restante cursa estudios de postgrado. Por último, deparó que el 60,2% de los participantes realizaba tres o más horas semanales de actividad física, mientras que el 39,8% no practicaba o no alcanzaba tal cifra.

Tabla 1. Descriptivos de la muestra según sexo, titulación cursada y práctica de actividad física.

| | Categoría | % (n) |
|-------------------------|-----------------------------|---------------|
| Sexo | Hombre | 27,8% (n=159) |
| | Mujer | 72,2% (n=412) |
| Titulación | Grado en Educación Primaria | 61,6% (n=352) |
| | Grado en Educación Infantil | 13,7% (n=78) |
| | Grado en Educación Social | 17,3% (n=99) |
| | Postgrado | 7,4% (n=42) |
| Actividad Física | Sí | 60,2% (n=344) |
| | No | 39,8% (n=227) |

El estudio del clima motivacional hacia la práctica físico-deportiva en función del sexo (Tabla 2), manifestó diferencias estadísticamente significativas para el Clima Ego ($p = 0,012^*$), así como para todas sus dimensiones excepto Castigo por Errores ($p = 0,090$; $p = 0,019^*$; $p = 0,002^*$), revelando que los hombres obtienen valores medios para el Clima Ego más altos que las mujeres.

Tabla 2. Clima motivacional según el sexo de la muestra.

| | Sexo | N | Media | DT | Prueba de Levene | | Prueba T |
|--------------------------------|-------------|----------|--------------|-----------|-------------------------|-------------|-------------------------|
| | | | | | F | Sig. | Sig. (bilateral) |
| Clima Tarea | Hombre | 159 | 3,84 | 0,69 | 0,036 | 0,850 | 0,537 |
| | Mujer | 412 | 3,88 | 0,66 | | | |
| Aprendizaje Cooperativo | Hombre | 159 | 3,82 | 0,84 | 0,154 | 0,695 | 0,426 |
| | Mujer | 412 | 3,88 | 0,82 | | | |
| Esfuerzo/Mejora | Hombre | 159 | 3,89 | 0,67 | 0,494 | 0,483 | 0,823 |
| | Mujer | 412 | 3,87 | 0,62 | | | |
| Papel Importante | Hombre | 159 | 3,79 | 0,81 | 0,505 | 0,478 | 0,181 |
| | Mujer | 412 | 3,89 | 0,82 | | | |
| Clima Ego | Hombre | 159 | 2,44 | 0,78 | 3,405 | 0,066 | 0,012* |
| | Mujer | 412 | 2,24 | 0,86 | | | |
| Castigo por Errores | Hombre | 159 | 2,19 | 0,80 | 0,362 | 0,547 | 0,090 |
| | Mujer | 412 | 2,06 | 0,84 | | | |
| Reconocimiento Desigual | Hombre | 159 | 2,56 | 1,00 | 1,564 | 0,212 | 0,019* |
| | Mujer | 412 | 2,33 | 1,07 | | | |
| Rivalidad Miembros | Hombre | 159 | 2,66 | 0,81 | 3,395 | 0,066 | 0,002* |
| | Mujer | 412 | 2,41 | 0,87 | | | |

Siguiendo con la Tabla 3, aparece la relación entre el clima motivacional y la titulación de la muestra, revelando asociaciones estadísticamente significativas para el Clima Tarea y el Clima Ego ($p < 0,001^*$ y $p < 0,001^*$) y cada una de las dimensiones de ambos ($p < 0,001^*$ en cada una de ellas).

Así, los datos reflejan cómo los alumnos de Educación Social obtienen una media superior en Clima Tarea y sus categorías que el resto de las titulaciones. Por otra parte, en el Clima Ego, al contrario que sucede en el Clima Tarea, las diferencias estadísticamente significativas emergen debido a la baja puntuación media que obtuvieron los alumnos de Educación Social en comparación con el resto de estudiantes.

Tabla 3. Clima motivacional según la titulación de la muestra.

| | Titulación | N | Media | DT | F | Sig. |
|--------------------------------|-------------|-----|-------|------|--------|--------|
| Clima Tarea | E. Primaria | 352 | 3,77 | 0,66 | 12,878 | 0,000* |
| | E. Infantil | 78 | 3,84 | 0,66 | | |
| | E. Social | 99 | 4,22 | 0,57 | | |
| | Postgrado | 42 | 3,96 | 0,65 | | |
| Aprendizaje Cooperativo | E. Primaria | 352 | 3,75 | 0,78 | 9,837 | 0,000* |
| | E. Infantil | 78 | 3,86 | 0,90 | | |
| | E. Social | 99 | 4,25 | 0,78 | | |
| | Postgrado | 42 | 3,92 | 0,86 | | |
| Esfuerzo/Mejora | E. Primaria | 352 | 3,82 | 0,63 | 6,955 | 0,000* |
| | E. Infantil | 78 | 3,77 | 0,61 | | |
| | E. Social | 99 | 4,10 | 0,59 | | |
| | Postgrado | 42 | 4,03 | 0,61 | | |
| Papel Importante | E. Primaria | 352 | 3,70 | 0,81 | 19,328 | 0,000* |
| | E. Infantil | 78 | 3,91 | 0,79 | | |
| | E. Social | 99 | 4,38 | 0,65 | | |
| | Postgrado | 42 | 3,88 | 0,80 | | |
| Clima Ego | E. Primaria | 352 | 2,43 | 0,83 | 13,085 | 0,000* |
| | E. Infantil | 78 | 2,10 | 0,79 | | |
| | E. Social | 99 | 1,90 | 0,80 | | |
| | Postgrado | 42 | 2,48 | 0,82 | | |
| Castigo por Errores | E. Primaria | 352 | 2,21 | 0,83 | 9,842 | 0,000* |
| | E. Infantil | 78 | 1,79 | 0,74 | | |
| | E. Social | 99 | 1,84 | 0,75 | | |
| | Postgrado | 42 | 2,28 | 0,85 | | |
| Reconocimiento Desigual | E. Primaria | 352 | 2,55 | 1,05 | 11,412 | 0,000* |
| | E. Infantil | 78 | 2,27 | 1,03 | | |
| | E. Social | 99 | 1,88 | 0,94 | | |
| | Postgrado | 42 | 2,53 | 1,02 | | |
| Rivalidad Miembros | E. Primaria | 352 | 2,60 | 0,83 | 13,709 | 0,000* |
| | E. Infantil | 78 | 2,34 | 0,86 | | |
| | E. Social | 99 | 2,05 | 0,85 | | |
| | Postgrado | 42 | 2,75 | 0,74 | | |

En cuanto al clima motivacional según la práctica de actividad física (Tabla 4), dicho estudio deparó asociaciones estadísticamente significativas para el Clima Tarea ($p = 0,034^*$), así como para

su dimensión Aprendizaje Cooperativo ($p = 0,010^*$), obteniendo la práctica de actividad física una puntuación media más elevada que los que no practicaban.

Tabla 4. Clima motivacional según la práctica de actividad física.

| | AF | N | Media | DT | Prueba de Levene | | Prueba T Sig. (bilateral) |
|--------------------------------|----|-----|-------|------|------------------|-------|---------------------------|
| | | | | | F | Sig. | |
| Clima Tarea | Sí | 344 | 3,92 | 0,66 | 0,079 | 0,779 | 0,034* |
| | No | 227 | 3,80 | 0,66 | | | |
| Aprendizaje Cooperativo | Sí | 344 | 3,94 | 0,81 | 0,463 | 0,496 | 0,010* |
| | No | 227 | 3,75 | 0,84 | | | |
| Esfuerzo/Mejora | Sí | 344 | 3,92 | 0,64 | 0,001 | 0,981 | 0,060 |
| | No | 227 | 3,81 | 0,61 | | | |
| Papel Importante | Sí | 344 | 3,90 | 0,81 | 0,029 | 0,865 | 0,148 |
| | No | 227 | 3,80 | 0,84 | | | |
| Clima Ego | Sí | 344 | 2,29 | 0,82 | 2,893 | 0,090 | 0,831 |
| | No | 227 | 2,31 | 0,87 | | | |
| Castigo por Errores | Sí | 344 | 2,06 | 0,80 | 2,658 | 0,104 | 0,333 |
| | No | 227 | 2,13 | 0,87 | | | |
| Reconocimiento Desigual | Sí | 344 | 2,38 | 1,02 | 2,832 | 0,093 | 0,719 |
| | No | 227 | 2,42 | 1,10 | | | |
| Rivalidad Miembros | Sí | 344 | 2,53 | 0,87 | 0,946 | 0,331 | 0,073 |
| | No | 227 | 2,40 | 0,83 | | | |

4. DISCUSIÓN

En primer lugar, el estudio sobre la práctica de actividad física deparó que más de la mitad de los estudiantes practicaban algún tipo de ejercicio físico, al menos durante tres horas semanales. Estos resultados coinciden con los obtenidos por Rico-Díaz et al. (2019), comprobando como más del 60% de la muestra seleccionada sigue las recomendaciones propuestas por la Organización Mundial de la Salud sobre la práctica de actividad física.

Respecto al clima motivacional, analizando su relación respecto al sexo de la muestra, se encontraron asociaciones entre ambas variables. A nivel general, el sector masculino obtuvo una puntuación media más elevada que el femenino en el Clima Ego y en todas sus dimensiones. Por su parte, Cecchini et al. (2008) alcanzaron en su investigación unos valores medios similares para la motivación en función del sexo, atribuyendo la diferencia a la desigualdad en la percepción de la competencia y la habilidad por género. Así, se manifiesta que las mujeres están más orientadas que los varones al trabajo en equipo y aprecian mejor las relaciones con los compañeros y el proceso a seguir

para lograr un objetivo en la práctica deportiva, siendo para ellos más valorables factores como la competición, el hedonismo, la superación personal y el reconocimiento social (Méndez-Giménez et al., 2014; Torregosa et al., 2011).

En la misma corriente, el estudio del clima motivacional hacia el deporte en función de la titulación que cursa la muestra también arrojó diferencias significativas entre las variables. Primeramente, los estudiantes de Grado de Educación Social presentaron unos niveles medios más elevados que el resto de titulaciones para el Clima Tarea y sus consiguientes categorías; hecho que también se expone en el estudio de Aramendi, Bujan, Garín y Vega (2014), donde capacidades como cooperación, toma de decisiones en equipo o reparto del trabajo son intrínsecas a estas disciplinas. Por el contrario, las puntuaciones medias del Clima Ego y sus correspondientes dimensiones son más elevadas en estudiantes de Educación Primaria y Otras titulaciones que en los estudiantes de Educación Infantil y de Educación Social, fruto de la competitividad y el individualismo inherentes a la búsqueda de los primeros por el mejor rendimiento (Barriopedro, Ruiz-Pérez, Gómez-Ruano y Rico, 2016).

Finalmente, el análisis del clima motivacional según el nivel de práctica de actividad física de los participantes reveló la existencia de relaciones entre ambas variables. De esta forma, aquellos estudiantes que practican actividad física de forma regular obtuvieron unos valores medios más elevados para el Clima Tarea, así como para una de sus dimensiones, como es el Aprendizaje Cooperativo. Este hecho contrasta con el estudio longitudinal llevado a cabo por Conde, Sáenz-López y Moreno-Murcia (2013), donde los niveles hacia el trabajo en equipo y la superación personal fue en aumento progresivamente a lo largo del programa, demostrando cómo la práctica continuada de ejercicio físico fortalece la dimensión del Clima Tarea y disminuye los niveles de Clima Ego.

En cuanto a las limitaciones de este estudio, por un lado, destacar la representatividad de la muestra empleada, pues, aunque el número de participantes es bastante elevado, no alcanza a representar correctamente la población universitaria, concretamente la referente a estudiantes de los distintos grados de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Granada. Por otro lado, el estudio desarrollado se vincula a las limitaciones propias de un trabajo de corte transversal, ya que, si bien este diseño metodológico ayuda a conocer el estado de una cuestión de forma eficaz, no permite establecer relaciones de causalidad.

Además, otra de las limitaciones del estudio es que la medición de la variable de actividad física no se ha realizado mediante un cuestionario validado como es el PAQ-A. No obstante, se utiliza un cuestionario Ad hoc que reporta resultados de interés para los objetivos del estudio.

5. CONCLUSIONES

Como conclusiones del estudio, se podría afirmar que la relación entre el clima motivacional hacia la práctica deportiva y el sexo deparó que ser hombre se relacionaba con mayores puntuaciones en el Clima Ego y todas sus pertinentes categorías. Además, en relación con la titulación, los estudiantes de Educación Social son los que enfocan más su motivación hacia el Clima Tarea, mientras que los de Educación Primaria y Otras titulaciones se encuentran más orientados al Clima Ego. Asimismo, la práctica de actividad física obtuvo diferencias significativas en Clima Tarea y su categoría Aprendizaje Cooperativo, obteniendo la práctica regular de la misma mayor media que aquellos alumnos que no practicaban.

6. REFERENCIAS

1. Almagro, B. J., Sáenz-López, P., González-Cutre, D., y Moreno-Murcia, J. A. (2011). Clima motivacional percibido, necesidades psicológicas y motivación intrínseca como predictores del comportamiento Deportivo en adolescentes. *International Journal of Sport Science*, 25(7), 250-265. <http://dx.doi.org/10.5232/ricyde2011.02501>
2. Aramendi, P., Bujan, K., Garín, S., y Vega, A. (2014). Estudio de caso y aprendizaje cooperativo en la universidad. *Revista de Currículum y formación del profesorado*, 18(1), 413-429.
3. Barriopedro, M. I., Ruíz-Pérez, L. M., Gómez-Ruano, M. A., y Rico, I. (2016). Las preferencias participativas del profesorado de educación física en su actividad profesional. *Anales de Psicología*, 32(2), 332-340. <http://dx.doi.org/10.6018/analesps.32.2.212401>
4. Cecchini, J. A., González, C., Méndez, A., Fernández-Río, J., Contreras, O., y Romero, S. (2008). Metas sociales y de logro, persistencia-esfuerzo e intenciones de práctica deportiva en el alumnado de Educación Física. *Psicothema*, 20(2), 260-265.
5. Chacón, R., Zurita, F., Castro, M., Espejo, T., Martínez, A., y Pérez, A. J. (2017). Clima motivacional hacia el deporte y su relación con hábitos de ocio digital sedentario en estudiantes universitarios. *Saúde e Sociedade*, 26(1), 29-39. <http://dx.doi.org/10.1590/s0104-12902017166561>
6. Conde, C., Sáenz-López, P., y Moreno-Murcia, J. A. (2013). Un estudio de casos sobre la transmisión de un clima tarea en el deporte. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 13(50), 329-344.

7. Coterón, J., Franco, E., Pérez-Tejero, J. y Sampedro, J. (2013). Clima motivacional, competencia percibida, compromiso y ansiedad en Educación Física. Diferencias en función de la obligatoriedad de la enseñanza. *Revista de Psicología del Deporte*, 22(1), 151-157.
8. Cuevas, R., García-Calvo, T. y Contreras, O. (2013). Perfiles motivacionales en Educación Física: una aproximación desde la teoría de las Metas de Logro 2x2. *Anales de Psicología*, 29(3), 685-692. <http://dx.doi.org/10.6018/analesps.29.3.175821>
9. Deci, E. L. y Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behaviour. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
10. Franco, E., Coterón, J., Gómez, V., y Laura, A. (2017). Relación Entre Motivación, Actividad Física Realizada En El Tiempo Libre Y La Intención Futura De Práctica De Actividad Física. Estudio Comparativo Entre Adolescentes Argentinos y Españoles. *SPORT TK- Revista EuroAmericana De Ciencias Del Deporte*, 6(1), 25-34. <https://doi.org/10.6018/280371>
11. García-Calvo, T., Sánchez, P. A., Leo, F. M., Sánchez, D., y Amado, D. (2011). Incidencia de la Teoría de la Autodeterminación sobre la persistencia deportiva. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 25(7), 266-276. <https://doi.org/10.5232/ricyde2011.02502>
12. García-Laguna, D. G., García-Salamanca, G. P., Tapiero-Paipa, Y. T., y Ramos, D. M. (2012). Determinantes de los estilos de vida y su implicación en la salud de jóvenes universitarios. *Hacia la Promoción de la Salud*, 17(2), 169-185.
13. González-Serrano, G., Huéscar, E., y Moreno, J. A. (2013). Satisfacción con la vida y el ejercicio físico. *European Journal of Human Movement*, 30(1), 131-151.
14. Jaakkola, T., Ntoumanis, N., y Liukkonen, J. (2016). Motivational climate, goal orientation, perceived sport ability, and enjoyment within Finnish junior ice hockey players. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sport*, 26(1), 109-115. <http://dx.doi.org/10.1111/sms.12410>
15. Jiménez, R., Moreno, B., Leyton, M., y Claver, F. (2015). Motivación y estadios de cambio para el ejercicio físico en adolescentes. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 47, 196-204. <http://dx.doi.org/10.1016/j.rlp.2014.11.001>.
16. Larson, N., Davey, C. S., Caspi, C. E., Kubik, M. Y., y Nanney, M. S. (2017). School-Based Obesity-Prevention Policies and Practices and Weight-Control Behaviors among Adolescents. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, 117(2), 204-213. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jand.2016.09.030>

17. Marcos, J., Orquín, F. J., Belando, N., y Moreno-Murcia, J. A. (2014). Motivación autodeterminada en adultos mayores practicantes de ejercicio físico. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 14(3), 149-156.
18. Méndez-Giménez, A., Fernández-Río, J., Cecchini, J. A., y González, C. (2013). Perfiles motivacionales y sus consecuencias en educación física. Un estudio complementario de metas de logro 2x2 y autodeterminación. *Revista de Psicología del Deporte*, 22(1), 29-38.
19. Méndez-Giménez, A., Fernández-Río, J., y Cecchini, J. A. (2014). Análisis de un modelo multiteórico de metas de logro, metas de amistad y autodeterminación en educación física. *Estudios de Psicología*, 33(3), 325-336. <http://dx.doi.org/10.1174/021093912803758110>
20. Moscoso, D., Martín, M., Pedrajas, N., y Sánchez, R. (2013). Sedentarismo activo. Ocio, actividad física y estilos de vida de la juventud española. *Archivos de Medicina del Deporte*, 158(1), 341-347.
21. Newton, M., Duda, J. L., y Yin, Z. (2000). Examination of the psychometric properties of the perceived motivational climate in sport questionnaire-2 in a sample of female athletes. *Journal of Sports Sciences*, 18(4), 275-290.
22. Práxedes, A., Sevil, J., Moreno, A., del Villar, F. y García-González, L. (2016). Niveles de actividad física y motivación en estudiantes universitarios. Diferencias en función del perfil académico vinculado a la práctica físico-deportiva. *Journal of Sport and Health Research*, 8(3), 191-204.
23. Rico-Díaz, J., Arce-Fernández, C., Padrón-Cabo, A., Peixoto-Pino, L., y Abelairas-Gómez, C. (2019). Motivaciones y hábitos de actividad física en alumnos universitarios. *Retos*, 36, 446-453.
24. Texeira, P., Carraça, E., Markland, D., Silva M., y Ryan, R. (2012). Exercise, physical activity, and self-determination theory: A systematic review. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 9(78). <http://dx.doi.org/10.1186/1479-5868-9-78>
25. Torregosa, M., Viladrich, C., Ramis, Y., Azócar, F., Latinjak, A., y Cruz, J. (2011). Efectos en la percepción del clima motivacional generado por los entrenadores y compañeros sobre la diversión y el compromiso. Diferencias en función del género. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(1), 243-255.
26. Troncoso, S. M., Burgos, C. J., y López-Walle, J. M. (2015). Climas motivacionales, liderazgo y cohesión grupal en contexto deportivo universitario. *Educación Física y Ciencia*, 17(1).

27. Zamarripa, J., Castillo, I., Tomás, I., Tristán, J., y Álvarez, O. (2016). El papel del profesor en la motivación y la salud mental de los estudiantes de educación física. *Salud Mental*, 39(4), 221-227.

AUTHOR CONTRIBUTIONS

All authors listed have made a substantial, direct and intellectual contribution to the work, and approved it for publication.

CONFLICTS OF INTEREST

The authors declare no conflict of interest.

FUNDING

This research received no external funding.

COPYRIGHT

© Copyright 2021: Publication Service of the University of Murcia, Murcia, Spain.