

Level of physical activity and perception of physical education in secondary school students

Nivel de actividad física y percepción de la de educación física en alumnado de secundaria

Adrián Feria Madueño^{1*}, Francisco José Sibaja Alcocer², Carlos Muñoz Moyano³

¹ Departamento de Educación Física y Deporte. Universidad de Sevilla.

² Universidad Loyola Andalucía.

³ Escuela Profesional Vedruna.

* Correspondence: Adrián Feria Madueño; aferial@us.es

ABSTRACT

The aim of this study was to analyse the frequency of physical activity and the perception of the subject of physical education among secondary school students. The sample consisted of 107 secondary school students (48 boys and 59 girls) from the province of Seville, aged between 12 and 16. A survey was used, consisting of the 3CEF questionnaire, which is used to find out the students' perception of physical education classes, and the PAQ-C questionnaire, which aims to assess the frequency of physical activity of the person over the course of a week. The results indicate high student motivation and satisfaction with the subject, with better results for boys than for girls. The study demonstrates the influence of physical education on the adherence to extracurricular sports practice, which is of vital importance for the personal development of the student.

KEYWORDS

Physical Education; Perception; Adolescents; Out-of-School Physical Activity

RESUMEN

El objetivo de este trabajo fue analizar la frecuencia de actividad física y la percepción acerca de la materia de educación física que tienen los alumnos de educación secundaria. La muestra fue de 107 estudiantes (48 chicos y 59 chicas) de secundaria de la provincia de Sevilla, de entre 12 y 16 años. Se utilizó una encuesta compuesta por el cuestionario 3CEF, que sirve para conocer la percepción del

alumnado sobre las clases de educación física, y el cuestionario PAQ-C, cuyo objetivo es valorar la frecuencia de actividad física de la persona a lo largo de una semana. Los resultados indican una gran motivación y satisfacción del alumnado con la asignatura, teniendo mejores resultados en chicos que en chicas. El estudio demuestra la influencia de la educación física para la adherencia a la práctica deportiva extraescolar, siendo de vital importancia para el desarrollo personal del estudiante.

PALABRAS CLAVE

Educación Física; Percepción; Adolescentes; Actividad Física Extraescolar

1. INTRODUCCIÓN

Una de las competencias específicas de la nueva ley de educación LOMLOE en la materia de educación física específica que los alumnos deben adoptar un estilo de vida activo y saludable, seleccionando e incorporando intencionalmente actividades físicas y deportivas en las rutinas diarias para hacer un uso saludable y autónomo de su tiempo libre y así mejorar la calidad de vida.

Debido a ello, existe una creciente necesidad de los docentes por analizar la importancia y la percepción que tiene el alumno sobre la asignatura de educación física, debido a la relación que se establece entre la importancia dada a la asignatura y la generación de un hábito de práctica deportiva (Kilpatrick, Hebert & Jacobsen, 2002). Además, el ambiente generado por parte del profesor y el tipo de motivación que tenga cada uno de los alumnos configura en sí mismo un papel fundamental en este aspecto (Ryan, Stiller & Linch, 1994).

Desde el punto de vista de la normativa educativa, un aspecto relevante es que se busca que, durante el proceso de escolarización obligatoria y postobligatoria, la educación física ayude a que el alumnado sea capaz de adquirir hábitos saludables de práctica física y deportiva en su tiempo libre y duraderos en el tiempo. Estos hábitos son fundamentales para la formación del alumnado de cara a su incorporación en la sociedad en la que es necesario estudiar, aprender, trabajar y disponer de hábitos de ocio y tiempo libre dentro de su rutina diaria (Baena-Extremera et al., 2014).

Numerosos autores (Granero-Gallegos et al., 2012; Moreno et al., 2009; Moreno et al., 2007) llegaron a la conclusión que los estudiantes que reflejaban un alto grado de importancia e interés hacia la asignatura de educación física eran los que mayor actividad física extraescolar practicaban. No obstante, entre la edad comprendida entre los 12 y 18 años de edad se produce un incremento en el abandono en la práctica de actividad física en adolescentes y jóvenes (Gómez-López et al., 2010)

debido, fundamentalmente, a la falta de motivación. Con el objetivo de encontrar soluciones a este problema, el estudio de los procesos motivacionales en el alumnado ha sido punto de mira de diversas investigaciones en los últimos años (Moreno-Murcia et al., 2013).

Es de vital importancia conocer la relevancia que el alumnado asigna a la asignatura de educación física, ya que teniendo en cuenta la Teoría de la Autodeterminación, el grado de motivación que tenga por la misma definirá sus hábitos y resultados (Stover et al., 2017). En este sentido, según Deci & Ryan (2000), a medida que se desarrollan en los sujetos la autonomía, la competencia y las relaciones con los demás, surgen motivaciones intrínsecas y extrínsecas en formas autorreguladas y aumentando así la motivación autodeterminada. De hecho, según diversos estudios, los alumnos más conscientes de la importancia de la materia y más motivados fueron los que demostraron que realizaban más actividad física (Granero-Gallegos et al., 2012). Además, a mayor carga horaria de clases de educación física, más probable es que aumenten los niveles de aprendizaje (Resaland et al., 2016). Así, cuando los docentes fomentan la necesidad de tomar sus propias decisiones, los estudiantes se involucran más y logran mejores resultados (Cuevas et al., 2018), creándose mayores y mejores relaciones entre los propios alumnos, que contribuyan al desarrollo de la motivación intrínseca y extrínseca (Granero-Gallegos et al., 2012), de modo que una mayor autonomía lleve a una mayor autodeterminación y por tanto a una mayor satisfacción (Baena-Extremera et al., 2014).

La importancia de la percepción que tenga el alumno sobre la asignatura de educación física parece ser un elemento de necesario conocimiento por parte de los profesores de educación física, siendo una materia imprescindible para la adquisición de hábitos saludables y la práctica de actividad física normalizada. Sin embargo, son escasas las aportaciones sobre la relación entre la cantidad de actividad física que realizan los escolares dentro y fuera del centro escolar respecto a la percepción del alumnado sobre las clases de educación física, así como el interés que muestran respecto a las sesiones de educación física. Por ello, el objetivo principal de este trabajo es analizar la relación entre la percepción del alumnado sobre las clases de educación física y la práctica de actividad física fuera del horario escolar.

2. MÉTODOS

2.1. Diseño y muestra

Se realizó un estudio descriptivo. Se llevó a cabo una sola medición para todos los grupos. Para la selección de la muestra se aplicó un muestreo por conveniencia, donde la población de estudio estuvo formada por estudiantes de Educación Secundaria Obligatoria (ESO) de un centro educativo de Sevilla

de carácter concertado. La muestra analizada estuvo compuesta por un total de 107 alumnos de la etapa educativa mencionada, donde el promedio de edad de los participantes fue de 13,59 años dentro de un rango comprendido entre los 12 y 16 años. En cuanto al género de la población seleccionada, el 55% (n=59) eran mujeres y el 45% (n=48) eran hombres.

2.2. Instrumentos

Para la presente investigación se utilizó una encuesta sociodemográfica para así poder identificar la información general de cada uno de los sujetos, siendo relevantes el curso, la edad o el interés por las sesiones de educación física.

Para conocer la percepción del alumnado de educación física sobre las clases impartidas por el docente, se utilizó el cuestionario 3CEF, validado y creado por García et al. (2015).

Este instrumento consta de 44 preguntas las cuales van dirigidas a realizar una evaluación acerca del profesor que imparte las clases de educación física y también sobre las propias sesiones. La escala de puntuación es tipo Likert, desde 1 (muy bajo nivel de actividad física) hasta 5 (muy intenso nivel de actividad física).

La recolección de datos donde se valora la práctica de actividad física de muy baja a muy intensa realizada en los últimos 7 días se realizó mediante la versión en castellano del cuestionario PAQ-C, mediante su adaptación y validación al castellano PAQ-A (Martínez-Gómez et al., 2009).

El cuestionario consta de 10 preguntas, donde las 9 primeras tratan sobre el tipo y frecuencia en la que se practican distintos tipos de actividad física, y la última sirve para comprobar si el encuestado presentó algún tipo de enfermedad o tuvo alguna situación inusual por la cual no pudo realizar actividad física durante esa semana. La escala de puntuación es numérica, desde 1 (muy bajo nivel de actividad física) hasta 5 (muy intenso nivel de actividad física) según la escala Likert.

2.3. Procedimiento

Antes de proceder a la entrega de las encuestas, se realizó este cuestionario en una encuesta de Google. El cuestionario se pasó de manera online a todos los alumnos, desde 1º a 4º de ESO en los primeros 15 min de la sesión en horario de clase. Se informó a los alumnos del propósito del estudio y de su derecho a participar o no de forma voluntaria, siendo una encuesta anónima y sin peso alguno en la calificación de la asignatura.

2.4. Análisis de los datos

Para el tratamiento estadístico, se utilizó el software Jamovi versión 2.3.21. En primer lugar, se ha utilizado una prueba de normalidad para analizar la homogeneidad de las variables mediante la prueba Shapiro-wilk (>0.05). Para comparar entre género se utilizó una prueba T de Student para comparación entre grupos. Para comparar entre 4 grupos, una prueba ANOVA fue utilizada. El intervalo de confianza fue de $p < 0.05$. Finalmente, se utilizó un análisis del tamaño del efecto mediante la d de Cohen.

3. RESULTADOS

En la Tabla 1 se muestra la frecuencia con la que los alumnos y alumnas encuestados realizan los siguientes tipos de actividad física durante la semana en relación al género.

Tabla 1. Frecuencia de realización de actividades físicas con relación al género

ACTIVIDADES FISICAS	MEDIA Y DT		TAMAÑO EFECTO	95% IC	
	Hombres	Mujeres			
Saltar a la comba	1.83 (1.26)	1.69 (0.99)	0.124	-0.2586	0.505
Juegos (pilla pilla, escondite...)	2.08 (1.30)	1.86 (0.97)	0.193	-0.1906	0.575
Montar en bici	2.10 (1.36)	1.22 (0.67)	0.853	0.4316	1.268
Caminar	3.73 (1.44)	3.42 (1.28)	0.226	-0.159	0.608
Correr	2.6 (1.50)	1.92 (1.36)	0.485	0.089	0.876
Nadar	1.4 (1.05)	1.17 (0.70)	0.260	-0.126	0.643
Bailar	1.31 (0.80)	1.95 (1.14)	-0.636	-1.035	-0.231
Gimnasia	1.79 (1.24)	1.68 (1.18)	0.094	-0.288	0.475
Fútbol	3.29 (1.83)	1.44 (0.95)	1.307	0.839	1.766
Vóley	2.04 (1.38)	1.85 (1.22)	0.150	-0.233	0.532
Baloncesto	1.58 (1.05)	1.19 (0.47)	0.506	0.109	0.898
Atletismo	1.23 (0.59)	1.12 (0.56)	0.192	-0.192	0.574
Artes Marciales	1.23 (0.72)	1.29 (0.93)	-0.070	-0.451	0.312

En ella podemos apreciar significatividad en diversos tipos de actividades y la frecuencia de práctica dependiendo del género. Si nos centramos en los hombres, obtienen valores muy por encima del género contrario en salir en bici ($p<0.001$), salir a correr ($p=0.014$), fútbol ($p<0.001$) y baloncesto ($p=0.011$). En contraposición a ello, las mujeres que han realizado el estudio solo obtienen significatividad en la actividad de baile ($p=0.001$) donde el valor es muy dispar entre hombres y mujeres. Estos valores corresponden a los deportes que generalmente son mayoritariamente de un género o de otro, como por ejemplo el fútbol, el cual es un deporte practicado en mayor cantidad por hombres, igual que la actividad de baile donde las chicas la realizan más a menudo.

En la Tabla 2 se refleja la frecuencia de actividad física realizada en los distintos momentos del día en los cuales existe esta posibilidad, relacionado a su vez con el género de los participantes.

Tabla 2. Actividad física en los distintos momentos del día en relación al género

ACTIVIDAD FÍSICA EN LOS DISTINTOS MOMENTOS DEL DÍA	MEDIA Y DT		TAMAÑO EFECTO	95% IC	
	Hombres	Mujeres			
Durante las clases de E.F.	3.79 (0.99)	3.76 (0.82)	0.032	-0.349	0.413
Durante el recreo	3.58 (1.33)	1.8 (0.85)	1.636	1.127	2.135
Antes/después de comer	2.52 (1.41)	1.49 (0.92)	0.883	0.459	1.299
Justo después de comer hasta las 18:00	3.19 (1.48)	2.59 (1.26)	0.436	0.042	0.824
De 18:00 a 22:00	2.88 (1.12)	2.39 (0.97)	0.467	0.072	0.857
Fin de semana	2.98 (1.26)	2.29 (1.10)	0.588	0.186	0.984
Actividad física durante la última semana (general)	3.17 (1.28)	2.44 (0.97)	0.649	0.244	1.049

En esta tabla podemos comprobar como de los 7 ítems que existen en 6 de ellos existen diferencias significativas entre los datos obtenidos y la variable estudiada. Además, todos estos valores significativos corresponden a cifras notablemente más elevadas en el sexo masculino que en el femenino en los ítems de actividad física en el recreo ($p<0.001$), actividad física antes y después de comer ($p<0.001$), actividad física inmediatamente antes y después del colegio ($p=0.027$), actividad física por la tarde ($p=0.018$), actividad física en el fin de semana ($p=0.003$) y actividad física en el tiempo libre ($p=0.001$).

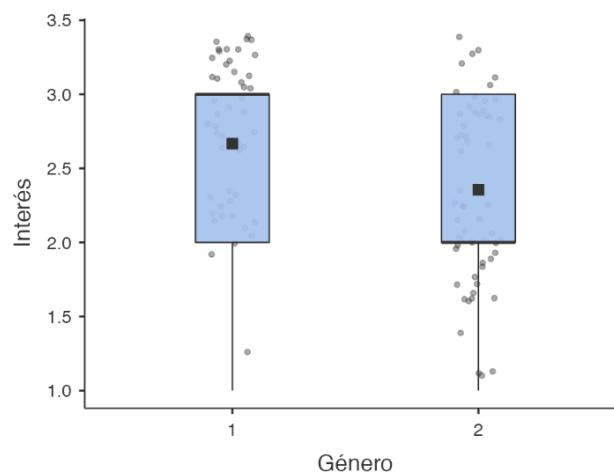
Por último, encontramos en la siguiente tabla datos que hacen referencia a la cantidad y frecuencia de actividad física realizada en cada día de la semana por parte de los alumnos encuestados con relación al género.

Tabla 3. Frecuencia de actividad física realizada cada día de la semana con relación al género

FRECUENCIA ACTIVIDAD FÍSICA POR DÍA	MEDIA Y DT		TAMAÑO EFECTO	95% IC	
	Hombres	Mujeres			
Lunes	3.13 (1.38)	2.83 (1.32)	0.219	-0.166	0.602
Martes	3.75 (1.30)	2.98 (1.31)	0.589	0.187	0.985
Miércoles	3.23 (1.36)	2.76 (1.36)	0.347	-0.044	0.734
Jueves	3.88 (1.30)	3.29 (1.26)	0.459	0.065	0.849
Viernes	3.54 (1.62)	2.98 (1.43)	0.367	-0.026	0.756
Sábado	3.77 (1.46)	2.71 (1.20)	0.796	0.376	1.208
Domingo	2.26 (1.31)	2.19 (1.21)	0.055	-0.329	0.438

Como se puede apreciar en la tabla anterior los días martes ($p=0.003$), jueves ($p=0.020$) y sábado ($p=0.001$) son los días en los que existen más diferencias significativas entre géneros, siendo los hombres los que poseen un valor más elevado que el de las mujeres participantes en el estudio.

Finalmente, se analizó el interés por las sesiones de educación física (Figura 1).



Nota. 1 = hombres, 2 = mujeres

Figura 1. Diferencia entre género del interés sobre las sesiones de educación física

Se puede apreciar cómo los chicos presentan una media mayor respecto a las chicas en cuanto al interés de las clases de educación física (2.67 [0.51] vs 2.36 [0.60], respectivamente).

4. DISCUSIÓN

El propósito de este estudio fue analizar la frecuencia de actividad física de los alumnos y alumnas de secundaria en función del género, la edad o la realización de actividades extraescolares, además de saber la percepción sobre las clases de educación física.

Una de las variables que tiene influencia sobre la práctica de actividad física extraescolar es la concepción del alumnado acerca de la propia asignatura, tanto es así, que existen investigaciones que reflejan que los estudiantes que le conceden una mayor importancia a la educación física son más activos (Granero-Gallegos et al., 2014).

Por otra parte, existe una reducción de los valores referentes a la satisfacción de la asignatura en el segundo ciclo de la ESO, pudiendo ser debido a la falta de realización de actividad física extraescolar conforme avanza la edad en los adolescentes. La motivación que posea el discente es fundamental para conseguir la adherencia deportiva en estas edades en las cuales existe una tasa elevada de abandono deportivo (Baños, 2020). Por ello, si la satisfacción con la asignatura de educación física es elevada, es más probable la permanencia en actividades físicas deportivas de los escolares.

Por lo tanto, haciendo uso de los datos obtenidos en el estudio, nuestros resultados parecen indicar que el interés por las clases de educación física fue alto, pudiendo tener una repercusión positiva sobre un bajo porcentaje de probabilidad de abandono deportivo.

En cuanto al género, uno de los trabajos referentes es el de Gillison et al. (2009), quienes descubrieron que existen diferencias entre la motivación de los chicos y de las chicas. A pesar de que en nuestra investigación no se ha llevado a cabo un análisis exhaustivo sobre la motivación, nuestros resultados pueden aportar aspectos relacionados con la motivación, siendo estos similares a los del estudio referenciado. En los trabajos realizados por Granero-Gallegos et al. (2012); Moreno & Cervelló (2003), se obtienen valores mayores de autodeterminación por parte de los chicos, aspecto que parece estar acorde con los encontrados en el presente estudio, aportando validez a estos hallazgos y mostrando una tendencia general entre los géneros de los sujetos estudiados.

Este resultado puede deberse en parte a la forma de actuar del docente, ya que, por lo general, se cree que en las clases de EF se crea un clima más de rendimiento, lo que potencia, sobre todo en los chicos, que lleguen a estar más autodeterminados (Granero-Gallegos & Baena-Extremera, 2014). Por

eso, en muchos trabajos se termina concluyendo la necesidad de orientar las clases más hacia un clima tarea (Gutiérrez et al., 2011), donde ahí, posiblemente las chicas aumentarán más su motivación.

En nuestro estudio, los chicos han mostrado una mayor satisfacción e importancia respecto a la asignatura, lo que parece tener una incidencia positiva sobre la mayor adherencia a la práctica deportiva extraescolar respecto a las chicas, tal y como se demostró en el estudio de Baños et al. (2018). Estos autores manifestaron que los chicos, a pesar de tener un peor comportamiento en clase, consideraban que la educación era importante para ellos, hecho que puede provocar una menor satisfacción de las chicas en clase, llevándolas a tener menos autoestima e interés por las clases.

A la hora de llevar a cabo la investigación, se encontraron una serie de limitaciones como por ejemplo la escasez de trabajos que habían sido relacionados con la percepción del alumnado sobre las clases de educación física o la relación de la satisfacción del alumnado con la asignatura con la práctica de actividad física en horario extraescolar.

Otra de las principales limitaciones encontradas durante el desarrollo del trabajo es la amplitud de la muestra. Para posteriores estudios, sería muy interesante realizar comparaciones entre alumnos y alumnas de diferentes centros o de estudiantes de distintas comunidades autónomas e incluso países.

Se puede considerar igualmente la realización de la misma encuesta al profesorado, considerando así la opinión del docente sobre la calidad de la educación física, con el fin de compararla con la opinión del alumnado y poder sacar conclusiones más específicas sobre la calidad de la enseñanza de esta materia.

5. CONCLUSIONES

Como conclusión final, cabe resaltar la importancia de la educación física y la satisfacción con la misma para el desarrollo personal del alumnado, ya que se encuentra directamente relacionado con la actividad física que los adolescentes realizan fuera del horario escolar, dato que es considerablemente mayor en los chicos. También es importante resaltar la búsqueda que debe realizar el docente para llegar a la motivación del alumnado. Una vez que el alumnado se encuentre motivado con la propia asignatura le llevará a la realización de actividad física extraescolar, uno de los objetivos principales que queremos con esta asignatura. Por ello, esta herramienta que se ha utilizado en forma de cuestionario parece muy útil para que los docentes sepan tanto los intereses deportivos de los alumnos como la valoración en los distintos aspectos que tienen de la asignatura.

6. REFERENCIAS

1. Baena-Extremera, A., Granero-Gallegos, A., Sánchez-Fuentes J. A., & Martínez-Molina M. (2014). Modelo predictivo de la importancia y utilidad de la Educación Física. *Cuadernos de Psicología Del Deporte*, 14(2), 121–130.
2. Baños, R. (2020). Intención de práctica, satisfacción con la educación física y con la vida en función del género en estudiantes mexicanos y españoles. *Retos*, 37(37), 412-418.
3. Baños, R., Ortiz Camacho, M. D. M., Baena Extremera, A., & Zamarripa, J. (2018). Efecto del género del docente en la importancia de la Educación Física, clima motivacional, comportamientos disruptivos, la intención de práctica futura y rendimiento académico. *Retos*, 33, 252-257.
4. Cuevas, R., García-Calvo, T., González, J., & Fernández-Bustos, J. G. (2018). Necesidades psicológicas básicas, motivación y compromiso en educación física. *Revista de Psicología del Deporte*, 27(1), 97-10.
5. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behaviour. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268.
6. García, S., Merino, J., & Valero, A. (2015). Análisis de la opinión de los alumnos sobre la calidad de las clases de educación física impartidas por los docentes de secundaria. *Journal of Sport and Health Research*. 7(3), 181-192.
7. Gillison, F., Osborn, M., Standage, M., & Skevington, S. (2009). Exploring the experience of introjected regulation for exercise across gender in adolescence. *Psychology of Sport and Exercise*, 10, 309-319.
8. Gómez-López, M., Granero-Gallegos, A., & Baena-Extremera, A. (2010). Perceived barriers by university students in the practice of physical activities. *Journal of Sports Science and Medicine*, 9, 374 -381.
9. Granero-Gallegos A, Baena-Extremera A, Pérez-Quero, F. J, Ortiz-Camacho, M. M., & Bracho-Amador C. (2012). Analysis of motivational profiles of satisfaction and importance of physical education in high school adolescents. *Journal of Sports Science and Medicine*, 11, 614-623.
10. Granero-Gallegos, A., & Baena-Extremera, A. (2014). Predicción de la motivación autodeterminada según las orientaciones de meta y el clima motivacional en Educación Física. *Retos*, 25, 23-27
11. Granero-Gallegos, A., Baena-Extremera, A., Sánchez-Fuentes, J. A., & Martínez-Molina, M. (2014). Perfiles motivacionales de apoyo a la autonomía, autodeterminación, satisfacción,

- importancia de la educación física e intención de práctica física en tiempo libre. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 14(2), 59-70.
12. Gutiérrez, M., Ruiz, L. M., & López, E. (2011). Clima motivacional en Educación Física: concordancia entre las percepciones de los alumnos y las de sus profesores. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(2), 321-335.
 13. Kilpatrick, M., Hebert, E., & Jacobsen, D. (2002). Physical Activity Motivation. A Practitioner's Guide to Self-Determination Theory. *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*, 74(4), 36-41.
 14. Martínez-Gómez, D., Martínez-de-Haro, V., Pozo, T., Welk, G. J., Villagra, A., Calle, M. E., & Veiga, O. L. (2009). Fiabilidad y validez del cuestionario de actividad física PAQ-A en adolescentes españoles. *Revista Española de Salud Pública*, 83, 427-439.
 15. Moreno Murcia, J. A., Zomeño Álvarez, T., Marín de Oliveira, L. M., Ruiz Pérez, L. M., & Cervelló Gimeno, E. (2013). Percepción de la utilidad e importancia de la educación física según la motivación generada por el docente. *Revista de Educación*, 362, 380-401.
 16. Moreno, J. A., & Cervelló, E. (2003). Pensamiento del alumno hacia la Educación Física: su relación con la práctica deportiva y el carácter del educador. *Enseñanza*, 21, 345-362
 17. Moreno, J. A., Cervelló, E., & González-Cutre, D. (2007). Analizando la motivación en el deporte: un estudio a través de la teoría de la autodeterminación. *Apuntes de Psicología*, 25, 35 -51.
 18. Moreno, J. A., Zomeño, T. E., Marín, L. E., Cervelló, E., & Ruiz, L. M. (2009). Variables motivacionales relacionadas con la práctica deportiva extraescolar en estudiantes adolescentes de educación física. *Apuntes, Educación Física y Deportes*, 95, 38-43.
 19. Resaland, G. K., Aadland, E., Moe, V. F., Aadland, K. N., Skrede, T., Stavnsbo, M., Suominen, L., Steene-Johannessen, J., Glosvik, Ø., Andersen, J. R., Kvalheim, O. M., Engelsrud, G., Andersen, L. B., Holme, I. M., Ommundsen, Y., Kriemler, S., van Mechelen, W., McKay, H. A., Ekelund, U., & Anderssen, S. A. (2016). Effects of physical activity on schoolchildren's academic performance: The Active Smarter Kids (ASK) cluster-randomized controlled trial. *Preventive Medicine*, 91, 322–328.
 20. Ryan, R. M., Stiler, J., & Linch, J. H. (1994). Representations of Relationships to Teachers, Parents, and Friends as Predictors of Academic Motivation and Self-Esteem. *Journal of Early Adolescence*, 14, 226-249.
 21. Stover, J. B., Bruno, F. E., Uriel, F. E., & Fernández-Liporace, M. (2017). Teoría de la Autodeterminación: una revisión teórica. *Perspectivas en Psicología*, 14(2), 105–115.

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 2024: Publication Service of the University of Murcia, Murcia, Spain.