



Necesidades Psicológicas básicas y satisfacción en las clases de Educación Física de estudiantes de bachillerato

Basic Psychological Needs and Satisfaction in Physical Education Classes of High School Students

Necessidades Psicológicas Básicas e Satisfação nas Aulas de Educação Física de Alunos do Ensino Médio

Kelvin José Pinzón-Rojas ^I
kelvinpinzon@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0007-7086-9915>

Wilson Hernando Bravo-Navarro ^{II}
wilson.bravo@ucacue.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0003-3381-8063>

Correspondencia: kelvinpinzon@gmail.com

Ciencias de la Educación
Artículo de Investigación

* **Recibido:** 10 de marzo de 2024 * **Aceptado:** 11 de abril de 2024 * **Publicado:** 06 de mayo de 2024

- I. Licenciado en Ciencias de la Educación, Mención Cultura Física, Maestrante del programa de Maestría en Educación Física y Entrenamiento Deportivo de la Universidad Católica de Cuenca, Azogues, Ecuador.
- II. Magíster en Ciencias de la Educación Física, el Deporte y la Recreación, Licenciado en Educación Física y Deporte, Docente de la carrera Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, Universidad Católica de Cuenca, Azogues, Ecuador.

Resumen

El objetivo del estudio fue analizar la relación de las necesidades psicológicas básicas y satisfacción en la Educación Física de estudiantes de bachillerato. Se utilizó un diseño no experimental de corte transversal y enfoque cuantitativo. La muestra de estudio constó de 30 estudiantes pertenecientes al Bachillerato General Unificado de la Unidad Educativa 3 de noviembre de la ciudad de Cuenca en la provincia del Azuay, 18 del sexo femenino y 12 del sexo masculino con edades comprendidas entre 15 y 18 años ($M=15.5$), se utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia. Se utilizó el Cuestionario de Necesidades Psicológicas Básicas y Cuestionario de Satisfacción adaptado a la Educación Física. Se encontró una relación positiva entre la autonomía con todas las dimensiones, excepto el aburrimiento. Los valores más altos se obtuvieron en la dimensión de satisfacción. La teoría de la autodeterminación tiene un impacto significativo tanto en la práctica diaria del aula como en las políticas que se proponen para reformar la educación, con actividades divertidas, interesantes e innovadoras en la que los estudiantes se sientan motivados.

Palabras clave: Educación Física; Satisfacción en la Educación Física; Necesidades Psicológicas Básicas.

Abstract

The objective of the study was to analyze the relationship between basic psychological needs and satisfaction in Physical Education of high school students. A non-experimental cross-sectional design and quantitative approach was used. The study sample consisted of 30 students belonging to the Unified General Baccalaureate of the 3 de November Educational Unit of the city of Cuenca in the province of Azuay, 18 female and 12 male with ages between 15 and 18 years ($M = 15.5$), non-probabilistic convenience sampling was used. The Basic Psychological Needs Questionnaire and Satisfaction Questionnaire adapted to Physical Education were used. A positive relationship was found between autonomy and all dimensions, except boredom. The highest values were obtained in the satisfaction dimension. Self-determination theory has a significant impact both on daily classroom practice and on the policies proposed to reform education, with fun, interesting and innovative activities in which students feel motivated.

Keywords: Physical Education; Satisfaction in Physical Education; Basic Psychological Needs.

Resumo

O objetivo do estudo foi analisar a relação entre necessidades psicológicas básicas e satisfação em Educação Física de estudantes do ensino médio. Foi utilizado delineamento transversal não experimental e abordagem quantitativa. A amostra do estudo foi composta por 30 alunos pertencentes ao Bacharelado Geral Unificado da Unidade Educacional 3 de Novembro da cidade de Cuenca na província de Azuay, 18 do sexo feminino e 12 do sexo masculino com idades entre 15 e 18 anos ($M = 15,5$), não - Foi utilizada amostragem probabilística por conveniência. Foram utilizados o Questionário de Necessidades Psicológicas Básicas e o Questionário de Satisfação adaptado para Educação Física. Foi encontrada uma relação positiva entre a autonomia e todas as dimensões, exceto o tédio. Os maiores valores foram obtidos na dimensão satisfação. A teoria da autodeterminação tem um impacto significativo tanto na prática diária da sala de aula como nas políticas propostas para reformar a educação, com atividades divertidas, interessantes e inovadoras nas quais os alunos se sentem motivados.

Palavras-chave: Educação Física; Satisfação em Educação Física; Necessidades Psicológicas Básicas.

Introducción

Más de 276 millones de adolescentes, según la Organización Mundial de la Salud (OMS), sufren de sobrepeso y obesidad, lo que puede tener un efecto perjudicial en su vida futura debido a la mala alimentación y la falta de actividad física. Varios estudios demuestran que hacer ejercicio durante al menos 60 minutos al día mejora la salud y el rendimiento académico en niños y jóvenes. Sin embargo, los niveles de actividad física (AF) informados por los niños y jóvenes varían según el país, y alrededor del 80 % de los adolescentes no cumplen con las recomendaciones, lo que indica una marcada disminución en la actividad física entre los 12 y 18 años (Ramírez, 2022).

Es verdad que, la AF controla y mejora una variedad de aspectos del bienestar psicológico. Los estudios han demostrado que la motivación autodeterminada tiene una correlación positiva con el bienestar psicológico. Las personas que practican deportes experimentan una mayor motivación autodeterminada, lo que les hace sentirse más valoradas y felices con sus vidas. El principal responsable de garantizar la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas (NPB) es el maestro, y un mayor grado de motivación autodeterminada aumenta el bienestar psicológico informado a través de indicadores como la percepción de autoestima y la satisfacción con la vida.

En las clases de Educación Física (EF). El maestro es el principal responsable de garantizar que las NPB de los estudiantes sean satisfechas, ya que la motivación de los estudiantes depende de ellas (Posso, 2023).

La EF ha experimentado cambios a lo largo del tiempo, al igual que la pedagogía y los modelos de educación, desde el tradicionalismo hasta el constructivismo. Por lo tanto, los docentes deben estar a la vanguardia de las diversas capacitaciones para mejorar las opciones y estar listos para las exigencias actuales, como son estrategias innovadoras para el aprendizaje de las clases de EF teniendo en cuenta que son la base fundamental para el desarrollo de habilidades motrices básicas (Mujica & Orellana, 2019).

Masías & Barzara (2019) indican que, durante los últimos años, dos modelos educativos, el conductista y el tradicional, han dominado la EF. Ambos modelos son vitales para el proceso educativo. Los modelos tradicionales priorizan el rendimiento, la técnica y la automatización de movimientos específicos y se enfocan en las habilidades. Como resultado, los estudiantes son indiferentes y no críticos. Sin embargo, actualmente la EF se basa en el constructivismo, el cual establece que los estudiantes son el centro de enseñanza-aprendizaje, es decir, el eje principal para adquirir conocimientos, habilidades, confianza y seguridad. Por lo tanto, es fundamental crear estrategias para que los estudiantes aprovechen las oportunidades y obtengan resultados exitosos. También es importante asegurarse de que participen activamente en el aprendizaje.

Por consiguiente, es importante que los profesionales de la EF implementen modelos de educación innovadores para conseguir cambios sobre las NPB consideradas por la teoría de la autodeterminación como un proceso para conocer y comprender la motivación humana y la autorregulación del comportamiento, permite que cada persona tome sus propias decisiones (Gastélum & Salazar, 2020). Por lo anterior expuesto, la problemática planteada en el presente estudio se centra dentro de las instituciones educativas debido que, los docentes de EF aún imparten sus clases con actividades monótonas, retrasando el desarrollo físico social y emocional de los estudiantes, al no incorporar actividades innovadoras, además de la motivación en sus clases impartidas. Por ello, el objetivo del presente estudio es analizar la relación de las necesidades psicológicas básicas y satisfacción en la Educación Física de estudiantes de bachillerato.

Marco teórico

Necesidades psicológicas básicas

Se consideran como innatas esenciales para la salud ya que permiten a los seres humanos adaptarse de forma adecuada a sus entornos consta de tres componentes básicos como son: autonomía, competencia y relación con los demás (Delgado et al., 2021).

Autonomía: integración de valores con relación a la conducta, las personas desean tomar sus propias decisiones conociendo sus necesidades de la conducta que realizan.

Competencia: satisfacción de sentirse eficaz dentro del ambiente social al igual que experimentar oportunidades de ejercer sus capacidades, así como buscar desafíos e intentar mejorar sus habilidades.

Relación con los demás: hacen referencia al sentimiento de conexión con los demás y ser aceptado en el medio que lo rodea, sin necesidad alguna de logros sino más bien en base a la preocupación, seguridad y unidad.

Diversión: es crucial porque se ha demostrado que es un excelente predictor de la participación en AF. La diversión se refiere al grado de bienestar (pasarle bien) que experimentan los estudiantes en las clases. Según varios estudios, la participación de los estudiantes en la elección de elementos para el diseño de la tarea motriz tiene un impacto significativo en la diversión de los estudiantes.

Aburrimiento: es la insatisfacción de los estudiantes con la escuela y una disminución en su rendimiento académico, lo que podría incluso llevar a que abandonen la escuela. En esta línea, el clima de aprendizaje que crean los maestros en la escuela, y en EF en particular, influirá en el comportamiento y el aprendizaje de los estudiantes en función de si están contentos o aburridos. Por lo tanto, las habilidades docentes son esenciales para que los estudiantes estén satisfechos en los centros de enseñanza (Raúl, 2020).

Teoría de la autodeterminación

La autodeterminación se ha aplicado principalmente al comportamiento sexual, las adicciones, el estilo de vida saludable y la AF. Se basa en varias cosas, como el desarrollo personal, la autorregulación, los objetivos, la energía, la vitalidad, las aspiraciones de vida, las relaciones culturales y ambientales sociales, como el comportamiento, el afecto y el bienestar. Las personas pueden ser activas, dinámicas y comprometidas o calmadas y apacibles. Esto depende

principalmente de su sociedad. Por lo tanto, la teoría de la autodeterminación se ha centrado en las circunstancias sociales que impiden los procesos naturales de automotivación y el desarrollo (Stover et al., 2017).

Satisfacción con la vida

En la década de 1980, el psicólogo estadounidense Ed Diener inventó el término satisfacción con la vida y lo define como el proceso por el cual las personas pasan para experimentar el bienestar. Este término está directamente relacionado con la forma en que una persona valora su vida propia en función de sus intereses, objetivos o expectativas. Debido a que el ser humano está inmerso en la cultura, el contexto cultural tiene un gran impacto en estos temas (Rodríguez, 2023).

La satisfacción con la vida y el bienestar psicológico se integran en un campo de investigación más amplio y complejo llamado calidad de vida, se ha considerado un componente de la calidad de vida en algunos casos, mientras que en otros casos se considera un indicador global de la calidad de vida relativa a la salud y comprende varias dimensiones: físicas, psicológicas y sociales. La satisfacción con la vida es un término bastante ambiguo en la literatura científica, particularmente cuando se relaciona con otros constructos como la calidad de vida o la felicidad.

El bienestar, que se puede definir como el proceso mental, es el término más asociado con la satisfacción (Gutiérrez et al., 2020).

Educación Física

La EF es una forma de enseñar que se basa en el movimiento corporal para estructurar y desarrollar de manera integral y armónica las habilidades físicas, emocionales y cognitivas de las personas con el fin de mejorar la calidad de la participación humana. Al definir los aspectos importantes del sedentarismo en la sociedad, se expondrán algunos beneficios de la práctica de la educación física al mejorar la calidad de la participación humana (Celdrán et al., 2016).

La importancia de la Educación Física en la escuela

A manera de reflexión, se debería tomar en cuenta la importancia de la EF dentro del ámbito escolarizado, a razón que, la EF es considerada por los docentes como una actividad para estimular el desarrollo del cuerpo mediante diversas prácticas deportivas y ejercicios, por lo tanto, esta cátedra debe contribuir no solo a la parte física sino también a desarrollar en los estudiantes una

formación integral conformándose este el objetivo principal de la asignatura, por tal razón el docente a cargo deberá ofrecer innovaciones educativas en fin de mejorar lo antes mencionado (Gonzalez et al., 2021).

Modelos Pedagógicos

Para, Vergara & Cuentas (2015), según ellos, los modelos educativos son un método integral e integrador para determinar fenómenos. La distinción entre educación y pedagogía es crucial porque lleva a la comprensión de un modelo educativo y un modelo pedagógico. El modelo educativo se refiere a cómo una institución educativa garantiza la calidad en procesos como la homologación, socialización y funcionamiento, mientras que el modelo pedagógico se compone de prácticas, objetivos y saberes escolares que se hacen explícitos a través de objetivos, misión, viabilidad y éxito.

Por consiguiente, Sánchez & Calle (2019). En todos los niveles del sistema educativo en Ecuador, se entiende que la EF es un fundamento social y cultural. Esto implica la selección, organización y distribución del conocimiento, lo que promueve el proceso de enseñanza-aprendizaje. El currículo es flexible y detallado para que los docentes puedan elegir las mejores opciones y estrategias.

Discusión y análisis de modelos pedagógicos

Modelo tradicionalista: este modelo pedagógico se considera tradicionalista debido a que, el alumno es pasivo y el docente es el protagonista, y la evaluación se limita a una nota basada en lo bien o mal. También se conoce como un modelo primitivo en el ser humano porque permite una estandarización de los conocimientos, como una lección clásica en la que el docente habla todo el tiempo mientras los alumnos escuchan y repiten (Agama & Crespo, 2016).

Modelo conductista: John B. Watson creó esta corriente de la psicología que estudia el comportamiento observable. En este modelo, el alumno tiene el papel de pasivo y el maestro es el centro de todas las lecciones, y el aprendizaje se produce a través del entrenamiento. La repetición, la práctica, la exposición y la evaluación se enfocan en el resultado final y se basan principalmente en premios y recompensas (Patiño, 2018).

Modelo constructivista: el objetivo de este modelo es crear un hombre que, según sus condiciones biosociales individuales, alcance el nivel superior de desarrollo intelectual y alcance la

comprensión cognitiva que fomente el cambio conceptual mediante el contacto directo del individuo con su medio social y la interacción con él (Vergara & Cuentas 2015).

Estrategias Innovadoras

En la actualidad, los maestros enfrentan un gran desafío en la educación debido a la necesidad de mantenerse actualizados constantemente. Por lo tanto, las planificaciones curriculares deben estar basadas en un contexto que tenga en cuenta una variedad de aspectos sin descuidar la innovación. Las estrategias innovadoras son actividades basadas en metodologías renovadoras y los maestros deben tomar decisiones sobre el camino a seguir dentro de la educación (Sánchez & Calle, 2019).

Metodología

Diseño

El presente estudio es de diseño no experimental de corte trasversal y enfoque cuantitativo.

Población y muestra

La muestra de estudio constó de 30 estudiantes pertenecientes al Bachillerato General Unificado (BGU) de la Unidad Educativa 3 de noviembre de la ciudad de Cuenca en la provincia del Azuay, 18 del sexo femenino y 12 del sexo masculino con edades comprendidas entre 15 y 18 años (M=15.5), se utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia.

Instrumentos:

Necesidades Psicológicas Básicas (NPB) de Moreno, (2008) con su versión al español, consta de 12 preguntas, 4 por cada factor para evaluar la necesidad básica de autonomía (e.g., Tengo la oportunidad de elegir cómo realizar los ejercicios), competencia (e.g., Siento que he tenido una gran progresión con respecto al objetivo final que me he propuesto) y de relación con los demás (e.g., Me siento muy cómodo/a cuando hago ejercicio con los demás compañeros.) las respuestas se presentaron en una escala tipo Likert entre totalmente en desacuerdo (1) a totalmente de acuerdo (5).

Escala de Satisfacción adaptada a la Educación Física (ES-EF) de Baena-Extremera et al. (2016). Este instrumento consta de 8 ítems y se divide en dos dimensiones; satisfacción y aburrimiento con una escala tipo Likert del 1 (totalmente en desacuerdo) al 5 (totalmente de acuerdo).

Procedimiento: en primera instancia se solicitó el respectivo permiso a la primera autoridad como es el rector de la Unidad Educativa 3 de noviembre de la ciudad de Cuenca en la provincia del

Azuay para su ingreso, posterior se dio a conocer sobre el estudio en cuestión tanto a los 30 estudiantes como a sus representantes legales, de esta forma firmaron el consentimiento informado para ser partícipes de la presente investigación, posterior a este proceso se aplicó los respectivos instrumentos a los estudiantes. Luego se realizaron análisis estadísticos de las variables de estudio mediante el programa SPSS 25.

Resultados

Tabla 1: descriptivos y correlaciones

Dimensiones	M	DS	1	2	3	4	5
1. Autonomía	3,73	1,02	-	,889**	,815**	,443*	,923
2. Competencia	3,88	1,00		-	,827**	,451*	,961
3. Relación con los demás	3,77	1,13			-	,557**	,855
4. Diversión	4,40	0,58				-	,397
5. Aburrimiento	3,82	1,81					-

La tabla 1 muestra que las medias más elevadas son la Satisfacción, seguido de la Competencia, además existe una correlación positiva y significativa de la Autonomía con todas las dimensiones, excepto el Aburrimiento. También se puede evidenciar que el aburrimiento no se correlaciona con ninguna de las demás dimensiones, lo que indica que los estudiantes se sienten satisfechos en las clases de EF.

Discusión

Para fortalecer el presente estudio se indagó con diferentes autores que han investigado sobre la temática, los cuales ratifican lo siguiente. Rubio et al. (2019) mencionan que, existe una escases en

los estudios en relación de las NPB y la satisfacción con la vida en los educandos, por ello realizaron una investigación en 464 estudiantes con edades de 12 a 17 años en varios centros de Educación en Murcia, los mismos que evidenciaron que el 61% de la muestra realiza actividades físicas, sin embargo el 39% no lo realizaba, de esta manera dicho estudio sirvió de base para elevar y conseguir una mayor satisfacción en los estudiantes.

En estudios anteriores de Martínez et al. (2020) y de Quijosaca & Heredia (2023), se encuentra una similitud con el presente estudio, quienes sugieren que al atender adecuadamente estas necesidades psicológicas básicas se puede mejorar la motivación de los estudiantes o jóvenes de bachillerato, este hallazgo respalda la importancia de considerar aspectos psicológicos en la enseñanza de Educación Física, ya que tener en cuenta las NPB pueden tener un impacto positivo en la satisfacción de los estudiantes y por ende en su motivación para participar en las clases y actividades planteadas por el docente.

Así mismo, Retete & Heredia (2023) realizaron otro estudio en la ciudad de Loja Ecuador en la Unidad Educativa Loja a una población de 64 estudiantes del 8vo año de educación, aplicaron los siguientes cuestionarios, Satisfacción Intrínseca en el Deporte así como también Necesidades Psicológicas Básicas, para ello realizaron dos grupos uno de control y el otro experimental y desarrollaron una propuesta con actividades en el medio natural durante 8 semanas, como resultados obtuvieron mejoras notables sobre todo en lo relacionado al aburrimiento de los estudiantes ($M=2,34$; $D=.39$).

En el mismo contexto, Schönfeld & Mesurado (2020) aplicaron el cuestionario de NPB en dos instituciones educativas a 450 estudiantes de secundaria con edades de 12 a 16 años con la finalidad de evaluar las necesidades psicológicas básicas en las clases de EF, como la participación en las actividades escolares y el desempeño académico. Evidenciando el papel del maestro al ayudar a los estudiantes a satisfacer sus necesidades a través de su labor. En este sentido, la Teoría de la Autodeterminación sostiene que la curiosidad por el entorno y el deseo de aprender y desarrollar conocimientos son inherentes a la naturaleza humana.

Por consiguiente, las circunstancias anteriormente planteadas evidencian la importancia del bienestar subjetivo y objetivo, los adolescentes deben interpretar positivamente el mundo, la vida, el ser humano, los vínculos afectivos, entre otros.

Conclusiones

En base a los resultados obtenidos en la investigación, la fundamentación teórica y metodológica de las Necesidades Psicológicas Básicas (NPB) en las clases de EF tienen relación positiva con la satisfacción de los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa 3 de noviembre. Desde la teoría de la autodeterminación respalda esta noción al destacar la importancia de la curiosidad y el deseo de aprender para el desarrollo humano, que al comparar con estudios similares confirman que la implementación de estrategias que satisfacen las NPB se pueden lograr mejoras notables en la satisfacción y motivación de los estudiantes, esto pone de manifiesto la relevancia de considerar no solo al bienestar objetivo si no también el bienestar subjetivo en la que hay que fomentar una interpretación positiva del mundo con la promoción de actitudes y creencias.

Se puede afirmar que la Teoría de la Autodeterminación tiene un impacto significativo tanto en la práctica diaria del aula como en las políticas que se proponen para reformar la educación, con actividades divertidas, interesantes e innovadoras en la que los estudiantes tengan esa motivación y autonomía de realizar las mismas, al sentirse partícipes de sus propias decisiones y fortalezcan la relación con los demás.

Referencias

1. Agama, A., & Crespo, S. (2016). Modelo constructivista y Tradicional. *Index Enferm*, 25(1-2). https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962016000100025
2. Baena-Extremera, Antonio; Granero-gallegos, Antonio (2016) Modelo de predicción de la satisfacción con la educación física y la escuela. *Rev. de Psicodidáctica*, vol. 20, núm1 pp. 177-192 <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=17532968010>
3. Celdrán, A., Valero, A., Sánchez, B., & Martínez, A. (2016). La importancia de la Educación Física en el sistema educativo. *Rev. digital de Educación Física*, 8(43), 83-96. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5758183.pdf>
4. Delgado, M., García, J., Téllez, A., & Zamarripa, J. (2021). Teoría de la Autodeterminación. Una perspectiva teórica para el estudio del trabajo social. *Rev. Realidades*, 11(2). <https://acortar.link/Cp2vv6>

5. Gastélum, G., & Salazar, C. (2020). Teoría de la autodeterminación en el contexto de Educación Física: Una revisión sistemática. *Rev. Retos*, 8. <https://acortar.link/LIJBW>
6. González, J., Cánobas, B., Muñoz, R., & Rabal, J. (2021). La importancia de la Educación Física para el correcto desarrollo físico y cognitivo en la infancia. *Rev. Sout Florida*, 2(2), 2.302-2.316. <https://acortar.link/AMG1bg>
7. Gutiérrez, J., Blázquez, A., & Feu, S. (2020). Práctica deportiva, bienestar psicológico y satisfacción con la vida de maestros españoles. *CPD*, 19(3). <https://acortar.link/AZYJAM>
8. Martínez, R., Granero, A., & Gómez, M. (2020). La satisfacción de las necesidades psicológicas básicas en las clases de Educación Física y su relación con la satisfacción con la vida en los adolescentes. *Rev. Científicas de Educación* <https://acortar.link/dpkDQ9>
9. Masías, J., & Barzara, O. (2019). Fundamentos teóricos del Constructivismo para la enseñanza de la Educación Física. *Rev. Cognosis*, 4(1), 99-110. <https://revistas.utm.edu.ec/index.php/Cognosis/article/view/1578/2018>
10. Moreno, J., González, D., & Chillón, M. (2008). Adaptación de la Educación Física de la escala de las necesidades psicológicas básicas en el ejercicio. *Rev. Mexicana de Psicología*, 25(2), pp. 295-303. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=243016308009>
11. Mujica, F., & Orellana, N. (2019). Emociones en Educación Física desde la perspectiva constructivista: análisis de los currículos de España y Chile. *Rev. Praxis & Saber*, 10(24), 297-319. <https://acortar.link/GTMZAg>
12. Patiño, L. (2018). *Teorías y Métodos Conductismo y Enfoque Cognitivo*. Bogotá: Fundación Universitaria del Área Andina. <https://acortar.link/kMfSZe>
13. Posso, R. (2023). La Motivación como Beneficio en las Clases de Educación Física: Una Revisión Sistemática. *Rev. Mentor*. <https://doi.org/10.56200/mried.v2i5.5956>
14. Quijosaca, L., & Heredia, D. (2023). Necesidades psicológicas básicas, adherencia e importancia de la Educación Física en estudiantes de básica superior. *Polo del Conocimiento*, 8(12). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9252569>
15. Ramírez, R. (2022). Satisfacción de las Necesidades Básicas de los estudiantes en las clases de Educación Física en la Unidad Educativa 24 de mayo. Tesis, Universidad Politécnica Salesiana, Azuay. <https://acortar.link/laosDA>
16. Raúl Baños, E. A. (2020). Predicción del aburrimiento en la Educación Física a partir del clima motivacional. *Retos*, 38, 83-88. <https://acortar.link/Hqz7zk>

17. Retete, M., & Heredia, D. (2023). Incidencia del modelo aventura sobre las necesidades psicológicas básicas y satisfacción deportiva en Educación Física. Polo del conocimiento. <https://orcid.org/0000-0001-7407-9207>
18. Rodríguez, A. (2023). Necesidades psicológicas básicas y satisfacción con la vida en adultos jóvenes infractores y no infractores. Tesis, Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Ambato <https://acortar.link/HjYcr6>
19. Rubio, R., Granero, R., & Gómez, M. (2019). La satisfacción de las necesidades psicológicas básicas en las clases de Educación Física y su relación con la satisfacción con la vida en los adolescentes. Rev. Complutense de Educación. <http://dx.doi.org/10.5209/rced.61750>
20. Sánchez, C., & Calle, X. (2019). Estrategias Innovadoras en la planificación curricular, un reto de la Educación Contemporánea. Rev. de Ciencias Humanísticas y Sociales (ReHuso), 4(3), 39-47. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=673171023003>
21. Schönfeld, F., & Mesurado, B. (2020). Escala de Necesidades Psicológicas Básicas: adaptación al ámbito educativo en una muestra de adolescentes argentinos. Rev. Iberoamericana de Psicología, 13(3). <https://reviberopsicologia.iberu.edu.co/article/view/1984>
22. Stover, J., Bruno, F., Uriel, F., & Fernández, M. (2017). Teoría de la Autodeterminación: una revisión teórica. Perspectivas en Psicología: Rev. de Psicología y Ciencias Afines, 14(2). <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=483555396010>
23. Vergara, G., & Cuentas, H. (2015). Actual vigencia de los modelos Pedagógicos en el contexto educativo. Rev. Opción, 31(6), 914-934. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=31045571052> <https://acortar.link/HjYcr6>