



*Revista Digital de Educación Física*

ISSN: 1989-8304 D.L.: J 864-2009

## **LA MOTIVACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA EN ATLETAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL**

**Michelle Andrea Albán Armijos**

Licenciada en Docencia con mención en Cultura Física,  
Universidad Central del Ecuador, Ecuador  
Email: [maalbana@uce.edu.ec](mailto:maalbana@uce.edu.ec)

**Jenny Esmeralda Martínez Benítez**

Docente Facultad de Cultura Física, Universidad Central del Ecuador, Ecuador  
Email: [jemartinez@uce.edu.ec](mailto:jemartinez@uce.edu.ec)

La motivación en personas con discapacidad es de importancia fundamental pues abarca las dimensiones física, psíquica, emocional, afectiva y cognitiva. El objetivo de este estudio es determinar la relación entre la motivación y la actividad física de personas con discapacidad intelectual del club de atletas de la Fundación Olimpiadas Especiales Ecuador en el año lectivo 2020 – 2021. Las dimensiones consideradas en la variable motivación son: motivación intrínseca, motivación extrínseca y factores motivacionales; mientras que en la variable actividad física se consideran: actividad psíquica y función motriz. La población de estudio está constituida por 80 personas que asisten de forma regular al club de atletas de la fundación Olimpiadas Especiales. Se utilizó como instrumento un cuestionario de tipo escala Likert para la recolección de datos, el mismo que se aplicó a una muestra de 68 personas. Los resultados arrojaron que existe una correlación positiva directa entre las dos variables, evidenciando que a mayor motivación mayor será el desarrollo de la condición física. Además, según este estudio se encuentran indicadores asociados a la motivación extrínseca desempeñando un papel muy importante en la actividad física de deportistas con discapacidad intelectual, su desarrollo cognitivo y su afición en la función motriz. La motivación externa es la que más incentiva a las personas a la práctica deportiva mejorando a su vez su desarrollo motor.

### **PALABRAS CLAVE:**

Motivación, actividad física adaptada, deporte adaptado, condición física, personas con discapacidad intelectual, Inclusión, personas con necesidades educativas especiales.

# MOTIVATION AND PHYSICAL ACTIVITY IN ATHLETES WITH INTELLECTUAL DISABILITIES

## ABSTRACT

The motivation of people with disabilities is of fundamental importance as it encompasses the physical, mental, emotional, affective and cognitive dimensions. The objective of this study is to determine the relationship between motivation and physical activity of people with intellectual disabilities from the Ecuador Special Olympics Foundation athletes club in the 2020-2021 school year. The dimensions considered in the motivation variable are: intrinsic motivation, extrinsic motivation and motivational factors; while in the physical activity variable, the following are considered: psychic activity and motor function. The study population is made up of 80 people who regularly attend the athletes club of the Special Olympics foundation. A Likert scale-type questionnaire was used as an instrument for data collection, the same one that was applied to a sample of 68 persons. The results showed that there is a direct positive correlation between the two variables, showing that the greater the motivation, the greater the development of the physical condition. In addition, according to this study, indicators associated with extrinsic motivation are found to play a very important role in the physical activity of athletes with intellectual disabilities, their cognitive development and their motor function impairment. External motivation is the one that most encourages athletes to practice sports, in turn improving their motor development.

## KEYWORDS

Adapted physical activity, adapted sports, physical condition, people with intellectual disabilities. Inclusion, people with special educational needs.

## INTRODUCCIÓN

El deporte adaptado surgió por la necesidad de incluir a las personas con discapacidad en la sociedad. La inclusión de esta población es una lucha diaria.

El neurólogo Ludwig Guttmann (1899-1980), después de la segunda guerra mundial, fue impulsor del deporte como forma de rehabilitación de las personas con discapacidad. Desarrolló programas en relación con el deporte adaptado que ayudaban no solo de forma recreativa a los individuos sino también rehabilitando física y psicológicamente a éstos (Torralba et al., 2014, pp.28,29). Veinte años después, en 1960, se organizaron los primeros Juegos Paralímpicos, promoviendo el trato igualitario de los atletas con discapacidad con los atletas olímpicos, las Olimpiadas Especiales y las Sordolimpiadas.

Las Olimpiadas Especiales se centran únicamente en deportistas con discapacidad intelectual y son reconocidas por el Comité Olímpico Internacional desde 1988.

En muchos países del mundo, se han aplicado nuevas leyes con el fin de ofrecer igualdad de oportunidades y plena participación en la vida social a todos los miembros de la sociedad, poniendo especial énfasis en la situación de las personas con discapacidad. (Torralba et al., 2014, p.28).

La discapacidad intelectual puede ser un aspecto que limita la forma de vida de las personas, pero si se le ofrece una motivación adecuada, estimulando la condición física, que involucra aspectos orgánicos, motores y psíquicos, el individuo puede mejorar de forma significativa su calidad de vida y el desarrollo íntegro de su persona.

La motivación es un eje fundamental para la educación. Para el aprendizaje, la importancia de la motivación se basa en la necesidad de autorrealización, en los motivos que se generan para crecer a nivel personal. En la educación, la motivación será la mejor dirección hacia un proceso de enseñanza aprendizaje adecuado. En el campo deportivo, por otra parte, dará guía al mejor desenvolvimiento, tanto en los entrenamientos como en competencias.

Son múltiples y muy diversos los factores que pueden determinar la motivación y los que la pueden dificultar. Es de tener en cuenta, que esta variable es un componente fundamental para la práctica del deporte, actividad física o recreación, es la que ayuda a determinar la elección, intensidad, persistencia, rendimiento y adherencia a un programa específico y/o permite la optimización para alcanzar altos niveles de rendimiento. (Urrea y Guillén, 2016, p.134)

La variable motivación ha sido ampliamente estudiada en el deporte, por lo general con poblaciones de deportistas convencionales. En esta investigación se aborda la práctica deportiva en personas con discapacidad intelectual y el deporte adaptado.

## 1.1. LA MOTIVACIÓN EN LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL

La discapacidad intelectual genera problemas en el círculo de enseñanza aprendizaje, por tanto la motivación tendrá que ser reforzada.

Uno de los aspectos más relevantes para que se dé el aprendizaje es la motivación y no hay duda alguna acerca de que cuando esta no existe, los estudiantes difícilmente aprenden. No siempre hay ausencia de motivación; a veces, lo que se presenta es una inconsistencia entre los motivos del profesor y los del estudiante, o se convierte en un círculo vicioso el hecho de que éstos no estén motivados porque no aprenden. (Ospina, 2006, p. 158)

Si hablamos de deporte, la enseñanza aprendizaje mejora con la motivación; los estímulos ayudan al desarrollo de la condición física lo que influye a su vez en el aspecto psicológico y por tanto mejora el rendimiento y el nivel cognitivo.

Al presentar alguna discapacidad habrá quienes necesiten apoyos para solventar diversos tipos de requerimientos. Esto no quiere decir que, por tal motivo, no puedan o no son capaces de alcanzar metas. Para Thompson et al. (2010, p.9) una necesidad de apoyo “es un constructo psicológico referido al perfil y la intensidad de apoyo que una persona requiere para participar en actividades relacionadas con el funcionamiento humano normativo”. Es importante entonces, determinar quién necesita de apoyo y cómo se requiere de los mismos, para así poder brindarlos y mejorar el funcionamiento humano.

En algunas investigaciones como por ejemplo en la tesis de García y Rojas (2018) que trata sobre motivación docente y psicomotricidad gruesa en niños de 5 años, se hace referencia inmediata a la motivación extrínseca.

En nuestras observaciones hemos detectado que muchas personas con discapacidad carecen de motivación, cuando la misma es intrínseca. Por lo general presentan baja autoestima o falta de confianza en sí mismo. En el caso de la motivación extrínseca, la familia, el profesorado, los entrenadores y en general el medio que rodea a la persona que presenta la discapacidad, serán los responsables de motivar teniendo como objetivo desarrollar la autonomía del sujeto. Se pueden brindar un sin número de estrategias y oportunidades independientemente a las necesidades propias de cada persona y limitaciones. En el caso de la discapacidad intelectual será importante la retroalimentación, además de los refuerzos, buscando cada vez la mejora en cualquier actividad.

Mithaug (1996) nos dice que “debemos dejar de pensar que las personas son entidades estáticas para considerarlas entidades dinámicas capaces de construir capacidad, es decir, capaces de capitalizar sus fortalezas y compensar sus debilidades, capaces de mejorar en amplias dimensiones de la capacidad” (González, M., 2006, p.128).

Todas las personas somos capaces de alcanzar objetivos según nuestras capacidades. Pero hay veces en las que se necesitará ayuda, apoyos o refuerzos, sin embargo esto no quiere decir que no se puede lograr metas u objetivos planteados, que con una motivación adecuada se puede lograr de forma más óptima.

## 1.2.LA ACTIVIDAD FÍSICA ADAPTADA EN LAS PERSONAS QUE PRESENTAN DISCAPACIDAD INTELECTUAL

Después de la 2a guerra mundial, al proceso de integración de una persona con algún tipo de discapacidad se le llamaba "Rehabilitación" (EL Dr. Guttman utiliza el deporte para mejorar el tratamiento de sus pacientes). Actualmente a este proceso se describe como inclusión (Cumellas, M., 2010, p. 106 a 137 y p. 627). El deporte tiene beneficios indiscutibles para la salud de cualquier persona. No obstante, en el caso de las personas que presentan discapacidad aporta otros valores añadidos como son el servir de factor de integración social y ayudar en el proceso de desarrollo (León et al., 2008).

Así, desde mediados de los años 30, "la participación de personas con discapacidad en actividades físico-deportivas ha sido promovida principalmente como actividad terapéutica, tanto para la recuperación funcional del individuo como para facilitar su reincorporación personal en la sociedad" (Gutiérrez y Caus, 2006, p.51). El deporte adaptado ha sido visto tradicionalmente de forma funcional dentro de un modelo rehabilitador.

Actualmente, los educadores relacionados con la actividad física y deporte adaptado pretenden hacer ver a la sociedad en general que las personas con discapacidad pueden practicar actividades físicas y deportivas por las mismas motivaciones que las personas sin discapacidad.

Para Rollins y Nicols (1994) citado por Gutiérrez y Caus (2006) la baja motivación de las personas con discapacidad hacia la práctica de actividad física puede ser debida al desconocimiento de sus beneficios, así como a los constantes bloqueos externos. Estos autores puntualizan que el entorno social actúa como inhibidor de la participación en actividad física y como responsable de la falta de conocimiento e interés por la misma. Sin embargo, dados los beneficios psicológicos y sociales derivados de la práctica deportiva, no parece razonable que las personas con discapacidad sean constantemente excluidas de estas actividades. Por lo que ahora se fomenta mayoritariamente la práctica deportiva para personas con discapacidad o el deporte adaptado como tal.

Al fomentar la práctica deportiva de las personas con discapacidad estamos también fomentando la inclusión social, el apego y la transformación de formas de pensar y de ver a esta población. Motivar externamente será un empuje para la motivación propia de los deportistas y el enfoque para la mejora de un estilo de vida y convivencia social.

Hay leyes que defienden tanto a las personas con discapacidad como al deporte, a la actividad física y a su práctica, por los beneficios que prestan a las personas en general. Por lo cual el motivar a individuos con discapacidad a realizar actividad física será fomentar también el desarrollo de habilidades físicas, cognitivas, emocionales y sociales para su vida.

En la actualidad la práctica deportiva o de la actividad física en edades tempranas estimula la condición física y su desarrollo. Así también para los deportistas con discapacidad, el adquirir hábitos deportivos ayuda a la motivación y al desarrollo de un estilo de vida saludable. Según Muñoz, Garrote, y Sánchez (2017) a través de la motivación hacia la práctica deportiva se evidencia la mejora

de la condición física y se evita el sedentarismo de dicha población. Además, se generan procesos inclusivos en la sociedad. Se da como resultado entonces que, las personas que tienen interés por el desarrollo de hábitos deportivos mejoran a su vez su desarrollo personal y social. Por lo tanto, la motivación en la práctica de deportes en personas con discapacidad se convierte en una herramienta para gestionar mejor sus emociones y habilidades.

En general, en diversas investigaciones los autores coinciden en que el desarrollo de la psicomotricidad en la infancia tendrá como resultado que la persona tenga mejor desarrollo físico e intelectual. En cuanto se refiere a personas con discapacidad según León, Pelegrín, y León (2008) el trabajo en el desarrollo de la psicomotricidad dará hincapié para la mejora de habilidades, desarrollo de la personalidad, incremento en el nivel cognoscitivo, en el nivel afectivo y de apego social.

## **2. MATERIALES Y MÉTODOS**

### **2.1. DISEÑO**

Esta investigación mide el nivel de relación que existe entre la motivación y la actividad física en personas con discapacidad intelectual del club de atletas Olimpiadas Especiales Ecuador en el año lectivo 2020 – 2021.

### **2.2. PARTICIPANTES**

En el estudio aceptaron de forma voluntaria 68 personas del club de atletas de la Fundación Olimpiadas Especiales Ecuador. A todos los deportistas y sus representantes se les informó sobre los objetivos y los procesos de la investigación con lo que dieron su consentimiento para intervenir en la misma.

### **2.3. INSTRUMENTOS**

El instrumento empleado en la presente investigación es un cuestionario de con escala Likert, que presenta 36 ítems de la variable motivación y 24 ítems la variable actividad física, con sus diferentes dimensiones (anexo 1 cuestionario).

La encuesta se aplicó a los deportistas de la fundación Olimpiadas Especiales Ecuador, bajo guía y supervisión de las familias o representantes legales.

Previo a la aplicación de la encuesta se realizó la validación por juicio de expertos. Así mismo, el instrumento fue aplicado a un grupo piloto para comprobar su fiabilidad.

### 3. RESULTADOS

A continuación, se presentan los resultados de la investigación.

#### 3.1. ESTADÍSTICOS DEMOGRÁFICOS

En la tabla 1 se muestran los resultados de los datos demográficos con respecto a la preferencia deportiva de las personas que respondieron a la encuesta.

Tabla 1.  
*Datos demográficos - Disciplina deportiva*

Disciplina deportiva	Frecuencia	%
Fútbol	19	27,9
Atletismo	12	17,6
Baloncesto	4	5,9
Gimnasia	4	5,9
Tenis de campo	6	8,8
Natación	14	20,6
Atleta joven	1	1,5
SR	8	11,8
<b>Total</b>	<b>68</b>	<b>100,0</b>

Elaboración: Equipo de investigación

En el total de personas encuestados, los deportes que más destacan son el fútbol con un 27,94%, natación con un 20,59% y el 17,65% correspondientes a atletismo.

Con respecto a la tabla 2 se muestran los resultados de los datos demográficos con respecto al género de los deportistas que respondieron a la encuesta.

Tabla 2.  
*Datos demográficos - Género*

Género	Frecuencia	%
Masculino	44	64,7
Femenino	15	22,1
Sin Respuesta	9	13,2
<b>Total</b>	<b>68</b>	<b>100,0</b>

Elaboración: Equipo de investigación

El 64,71% de personas encuestados son hombres, el 22,06% son mujeres.

La tabla 3 nos muestra los resultados de los datos demográficos con respecto al nivel o grado de discapacidad intelectual que tienen las personas que respondieron a la encuesta.

Tabla 3.  
*Datos demográficos - Nivel de discapacidad*

Nivel de discapacidad	Frecuencia	
	a	%
DI Leve	20	29,4
DI Moderada	34	50,0
DI Grave	6	8,8
Sin Respuesta	8	11,8
<b>Total</b>	<b>68</b>	<b>100,0</b>

Elaboración: Equipo de investigación

De los encuestados para la investigación, el 50% de los deportistas manifiestan tener una discapacidad intelectual moderada la cual se mide por presentar de 36 a 51 de coeficiente intelectual (CI). El 29,41% presenta discapacidad intelectual leve que sitúa de 52 a 70 en CI, y un 8,82% presenta discapacidad intelectual grave que va de 20 a 35 en CI.

### 3.2. EXPLICACIÓN DEL PROCEDIMIENTO PARA EL ANÁLISIS ESTADÍSTICO

Para el análisis de resultados de las dos categorías principales, motivación y actividad física, se realizó un agrupamiento de datos, considerando que la encuesta presenta 60 preguntas.

Para el análisis de la correlación entre las variables se realizó la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov obteniendo que el nivel de significancia es 0,000, tanto en la variable motivación, como en la variable actividad física, lo que implica que en la prueba de normalidad se utiliza pruebas no paramétricas por ser distribuciones asimétricas, aplicando entonces, el coeficiente de correlación Rho de Spearman.

Después de ser aplicado el coeficiente de correlación de Rho de Spearman se obtuvo el nivel de correlación directo y positivo alto, confirmando así la hipótesis de la investigación.

### 3.3. MOTIVACIÓN

Tabla 4.  
Motivación

Nivel Motivación	de Frecuencia	%
bajo	14	20,6
medio	44	64,7
Alto	10	14,7
Total	68	100,0

Elaboración: Equipo de investigación

En la tabla 4 tenemos que el 64.71% de las personas investigadas demuestran estar predispuestos a la práctica deportiva por motivos tanto internos, como externos y diversos factores. Mientras que un 14.71% demuestra un alto interés. Si sumamos los porcentajes alto y medio se maneja un total de 79.4%, lo que significa que la mayoría de los deportistas se sienten motivados por mejorar su actividad física. Sin embargo, existe un 20.59% de personas que no se sienten motivados hacia la práctica deportiva.

### 3.4. ACTIVIDAD FÍSICA

Tabla 5.  
Actividad física

Nivel de Actividad física	Frecuencia	%
Bajo	12	17,6
Medio	48	70,6
Alto	8	11,8
Total	68	100,0

Elaboración: Equipo de investigación

En la tabla 5 tenemos que el 70.6% de las personas investigadas perciben un nivel medio del desarrollo actividad física al practicar deportes, favoreciendo también su actividad psíquica. Un 11.8% demuestra un nivel alto de actividad física, si sumamos los porcentajes alto y medio se maneja un total de 82.32%, lo que significa que la mayoría de los deportistas perciben una mejora en su actividad física. Sin embargo, existe un 17.6% de las personas no tienen una mejora en relación con la actividad física al practicar deportes.

### 3.5. PRUEBA DE HIPÓTESIS

Correlación entre la motivación y la actividad física

Tabla 6.  
Correlación y significación entre las variables motivación y actividad física

			motivación	actividad física
Rho de Spearman	Motivación	Coeficiente de correlación	1,000	0,710**
		Sig. (2-tailed)	.	0,000
		N	68	68
	actividad física	Coeficiente de correlación	0,710**	1,000
		Sig. (2-tailed)	0,000	.
		N	68	68

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Elaboración: Equipo de investigación

En la tabla 6 se observa los resultados de la aplicación de la correlación de Rho de Spearman para las variables motivación y actividad física obteniendo una correlación de 0.710 y con significancia de 0.000 (<0,05). Por lo tanto la correlación es directa y positiva alta. Se acepta la hipótesis del investigador que dice que existe relación entre la motivación y la actividad física en personas con discapacidad intelectual y se rechaza la hipótesis nula.

#### 4. DISCUSIÓN

En la investigación se presenta la siguiente pregunta directriz: ¿Cuál es la relación de la motivación y la actividad física en deportistas con discapacidad intelectual del club de atletas de la Fundación Olimpiadas Especiales Ecuador en el año lectivo 2020 – 2021?

Cotejando el objetivo general con la hipótesis principal proyectada en la investigación, se observa que existe una relación entre las dos variables que son la motivación y la actividad física en deportistas con discapacidad intelectual.

En las estadísticas demográficas se obtuvo que existen encuestados desde los 5 hasta los 60 años, estando la mayoría en un rango de 21 a 30 años. El sexo predominante de encuestados son hombres. La disciplina deportiva más practicada es el fútbol, seguida de la natación y el atletismo. La mitad de los encuestados presentan discapacidad intelectual moderada. La muestra no presenta personas con discapacidad intelectual profunda.

El análisis de resultados nos permite determinar que existe una correlación directa y positiva alta entre la motivación y la actividad física en personas con discapacidad intelectual.

En los resultados se presenta que existe una relación directa y positiva entre la motivación docente y el nivel de desarrollo de la actividad física, demostrando que mientras más motivación existe, más nivel de desarrollo físico se evidencia.

Según este estudio se encuentran indicadores asociados a la motivación extrínseca desempeñando un papel muy importante en la actividad física de personas con discapacidad intelectual, su desarrollo cognitivo y su afección en la condición física. La motivación externa es la que más incentiva a los deportistas a la práctica del ejercicio físico mejorando a su vez su desarrollo motor. Por lo tanto se concluye que el interés por una recompensa, las presiones externas y los refuerzos positivos se relacionan directamente con la participación de las personas en las diferentes disciplinas deportivas.

En coincidencia con este estudio, la investigación “Motivación y Psicomotricidad en niños y niñas de tres años de dos instituciones Educativas del nivel inicial” de las autoras Bermejo y Quishpe (2015) indican que existe relación significativa fuerte y positiva entre motivación y actividad física.

En resumen, se ratifica que la motivación favorece y ayuda al desarrollo de la actividad física de los deportistas. Ésta permite a que estas alcancen su propia autonomía y desarrollo íntegro. lo que a su vez favorece a que los deportistas con discapacidad sean vistos como iguales en la sociedad, es decir, como personas con metas y aspiraciones propias, capaces de alcanzarlas y llegar así a una verdadera inclusión social.

Finalmente se concluye que las personas se encuentran motivados hacia la práctica de su deporte favorito por gusto propio, autodeterminación personal, necesidades psicológicas, el interés por una recompensa, las presiones externas, los refuerzos positivos y las expectativas sobre su participación; lo que redundará en el desarrollo de su actividad física.

## 5. CONCLUSIONES

- En concordancia al objetivo general de la investigación, “evaluar la relación que existe entre la motivación y la actividad física en deportistas con discapacidad intelectual, del club de atletas olimpiadas especiales ecuador, en el año lectivo 2020-2021”, se concluye que existe relación. Se evidencia que a mayor motivación mayor será el desarrollo de la actividad física.
- La motivación interna, externa y los factores motivacionales son factores que favorecen los aspectos laboral, educativo, social, afectivo y deportivo de las personas con discapacidad intelectual, del club de atletas olimpiadas especiales ecuador, en el año lectivo 2020-2021. La motivación es un factor indispensable al momento de despertar el talento, el desarrollo de destrezas y habilidades motrices y facilitar el proceso de enseñanza aprendizaje.
- La motivación extrínseca tiene mayor correlación con la actividad física, por lo que en el ámbito educativo serán los docentes y en el ámbito deportivo serán los entrenadores quienes incentiven a través de diferentes medios y estrategias a los sujetos a aprender y mejorar cada vez, desarrollando su actividad física.

- La motivación a la práctica de la actividad física permite realizar una prevención y evitar el sedentarismo en la población de este estudio.
- La actividad física adaptada tiene efectos terapéuticos y rehabilitadores en las personas con discapacidad, desarrollando su parte cognitiva y su función motriz.

## 6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Albán Armijos, M. (2021). *La motivación y la psicomotricidad en atletas con discapacidad intelectual del club de atletas de la fundación Olimpiadas Especiales Ecuador en el año lectivo 2020 – 2021*. (Tesis de pregrado, Universidad Central del Ecuador, Quito, Ecuador). Recuperado de <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/25077>

Arízaga Sánchez, A. (2014). *Impacto de la motivación extrínseca en el desempeño laboral de los docentes* (Tesis de pregrado, Universidad San Francisco de Quito, Quito, Ecuador). Recuperado de <https://doi.org/10.16309/j.cnki.issn.1007-1776.2003.03.004>

Bermejo, I., y Quishpe, R. (2015). *Motivación y Psicomotricidad en niños y niñas de tres años de dos instituciones Educativas del nivel inicial- UGEL N ° 01 del distrito de San Juan de Miraflores- Lima -2014*. (Tesis de postgrado, Universidad César Vallejo, Trujillo, Perú). Recuperado de [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/6152/Bermejo\\_MIM-Quispe\\_RR.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/6152/Bermejo_MIM-Quispe_RR.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Cumellas Riera, M. (2010). *La Educación Física Adaptada para el alumnado que presenta discapacidad motriz, en los centros ordinarios de primaria de Catalunya*. Tesis Doctoral. Universidad de Barcelona. Recuperado de <http://diposit.ub.edu/dspace/handle/2445/43093?mode=simple>

García, M., y Rojas, S. (2018). *Motivación docente y psicomotricidad gruesa de niños de 5 años de la institución educativa inicial No 157 Huancavelica* (Tesis de pregrado, Universidad Nacional de Huancavelica, Huacavelica, Perú). Recuperado de <http://repositorio.unh.edu.pe/handle/UNH/2196>

González, M. (2006). *La motivación y el autoconocimiento como dimensiones centrales para el desarrollo de la conducta autodeterminada en las personas con discapacidad*. En F. Peralta, M. Gonzalez, y C. Iriarte (Coords.), *Podemos hacer oír su voz: claves para promover la conducta autodeterminada* (pp. 127–165). Málaga: Aljibe.

Gutiérrez, M., y Caus, N. (2006). *Análisis de los motivos para la participación en actividades físicas de personas con y sin discapacidad*. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias Del Deporte*, 2(2), pp. 49–64. Recuperado de <https://doi.org/10.5232/ricyde2006.00204>

León, J., Pelegrín, A., y León, E. (2008). *Los beneficios del deporte en personas con discapacidad*. *Toxicology and Industrial Health*, 5(5), pp. 1–5. Recuperado de

<https://doi.org/10.1177/074823378900500506>

- Muñoz, E., Garrote, D., y Sánchez, C. (2017). La práctica deportiva en personas con discapacidad: motivación personal, inclusión y salud. *La Psicología Hoy.*, 3, pp. 145–152. Recuperado de <http://infad.eu/RevistaINFAD/OJS/index.php/IJODAEP/article/view/1037>
- Ospina, J. (2006). La motivación, motor del aprendizaje. *Revista Ciencias de La Salud*, 4, pp. 158–160. Recuperado de <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.12804/revsalud>
- Rodríguez, M., López, M., García, A., & Rubio, J. (2011). Funciones ejecutivas y discapacidad intelectual: evaluación y relevancia. *Campo Abierto*, 30(2), pp. 79–93. Recuperado de [https://www.researchgate.net/profile/Marta\\_Jimenez8/publication/258505933\\_Funciones\\_ejecutivas\\_y\\_discapacidad\\_intelectual\\_evaluacion\\_y\\_relevancia/links/56ab10e508aeadd1bdcb00f4/Funciones-ejecutivas-y-discapacidad-intelectual-evaluacion-y-relevancia.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Marta_Jimenez8/publication/258505933_Funciones_ejecutivas_y_discapacidad_intelectual_evaluacion_y_relevancia/links/56ab10e508aeadd1bdcb00f4/Funciones-ejecutivas-y-discapacidad-intelectual-evaluacion-y-relevancia.pdf)
- Thompson, J., Bradley, V., Buntinx, W., Schalock, R., Shogren, K., Snell, M., ... Yeager, M. (2010). Conceptualizando los apoyos y las necesidades de apoyo de personas con discapacidad intelectual. *Siglo Cero Revista Española Sobre Discapacidad Intelectual.*, 41(1), pp. 7–22. Recuperado de <http://psicologiaypedagogiaredes.com/wp-content/uploads/2016/10/233-1-Thompson.pdf>
- Torralba, M., Braz, M., y Rubio, M. J. (2014). La motivación en el deporte adaptado. *Psychology, Society, & Education*, 6(1), pp. 27–40. Recuperado de [www.psyse.org](http://www.psyse.org)
- Urrea, Á., y Guillén, F. (2016). Motivación autodeterminada en deportistas colombianos con discapacidad visual. *Katharsis*, (21), pp. 131–155. Recuperado de <https://doi.org/10.25057/25005731.765>

## Anexo 1 Cuestionario

### ENCUESTA

**“La motivación y la actividad física en deportistas con discapacidad intelectual”**  
Esta investigación trata sobre la motivación y la actividad física en personas con discapacidad intelectual cuyo objetivo es determinar la relación entre ambas en el club de atletas de la fundación Olimpiadas Especiales Ecuador. Los beneficios y riesgos de este estudio son aportar a la sociedad y en especial al medio interesado sobre las variables a tratar en el estudio con especial énfasis en el deporte adaptado, la investigación no presenta riesgos. Usted ha sido seleccionado al azar para participar en la presente encuesta, la misma que tardará aproximadamente 20 minutos.

Responder a las preguntas de esta encuesta no involucra ningún riesgo ni costo para usted. Los datos proporcionados tienen fines estrictamente académicos-científicos y ayudarán a dar respuesta al objetivo de estudio. No se guardará información de manera personal; por lo tanto, sus respuestas son absolutamente confidenciales y anónimas.

Concluida la investigación, los resultados y conclusiones serán socializados con usted y los miembros de la comunidad. Si decide participar en este estudio debe conocer que lo hace de manera voluntaria y que podrá retirarse en cualquier momento. Si desea suspender su participación, esto no supone ningún tipo de indemnización, penalización, pérdida o perjuicio en sus derechos.

Una vez comprendidos el objetivo de investigación, los riesgos y beneficios para usted, la comunidad y el país, y si está de acuerdo, por favor proceda a responder de la encuesta.

**Consentimiento informado:** Luego de haber sido usted informado sobre los objetivos de esta investigación, de que no existe ningún riesgo a la integridad personal o a la salud del deportista al contestar este cuestionario, de que se garantiza la confidencialidad de los datos y los beneficios de este estudio son exclusivamente de uso académico, acepta participar libre y voluntariamente respondiendo el cuestionario sobre "La motivación y la actividad física en personas con discapacidad intelectual".

SI  NO

**Instrucciones:** Conteste las siguientes interrogantes marcando en el casillero correspondiente.

Edad: 5 – 10  31 – 40   
11 – 20  41 – 50   
21 – 30  51 – 60

Disciplina deportiva: Fútbol  Tenis de campo   
Baloncesto  Gimnasia   
Atletismo  Atleta joven   
Ciclismo  Otro   
Natación

Género: Masculino  Femenino

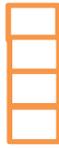
Nivel de discapacidad

DI Leve

DI Moderada

DI Grave

DI Profunda



Escala:

• SIEMPRE	• C ASI SIEMPRE	• A VECES	• CA SI NUNCA	1. N UNCA
				

N°	PREGUNTAS	EQUIVALENTES (Escala)				
		5	4	3	2	1
		    				
	<b>MOTIVACIÓN</b>					
	Motivación intrínseca					
1	Es mi propósito alcanzar triunfos deportivos					
2	Me siento decidido para practicar algún deporte					
3	Me esfuerzo por ser mejor persona en todo					
4	Me siento motivado durante mi práctica deportiva					
5	Tengo como prioridad asistir a mis prácticas deportivas					
6	Practico mi deporte favorito fuera de mi entrenamiento habitual					
7	Me siento bien al asistir a los entrenamientos					

8	Al alcanzar una meta, me propongo enseguida alcanzar una más difícil					
9	La práctica de mi deporte favorito genera confianza en mí mismo					
10	Me divierto al practicar mi deporte favorito					
11	Cuando no puedo realizar alguna actividad me esfuerzo por mejorar					
12	En situaciones difíciles pienso en dejar a un lado mis actividades favoritas					
<b>Motivación extrínseca</b>						
13	En mi práctica deportiva me exigen ser mejor cada vez					
14	Durante mi práctica deportiva es el profesorado quien me anima a realizarla					
15	Considero que en mi práctica deportiva debo recibir algún tipo de recompensa					
16	Mi rendimiento mejora al esperar un premio					
17	Al alcanzar una meta y recibir un premio, me propongo enseguida alcanzar una meta más difícil					
18	Considero que para llegar a algo en la vida debo plantearlo como una meta					
19	Aspiro que mis entrenamientos me lleven a conseguir éxito deportivo					
20	Me agrada recibir reconocimientos por mis esfuerzos logrados en la práctica deportiva					
21	Al recibir críticas me esfuerzo por mejorar					
22	Expreso mi falta de voluntad para realizar alguna actividad					

23	Para asistir a mis entrenamientos recibo algo a cambio					
24	Me obligan de alguna forma a ser un deportista					
<b>Factores Motivacionales</b>						
25	Muestro dedicación cuando se me asigna una tarea en el entrenamiento					
26	Cuando se me asigna una tarea que no es de mi agrado no muestro dedicación					
27	Considero que la práctica de mi deporte favorito me ayuda a afianzar valores como el respeto y la solidaridad					
28	Considero que la práctica deportiva me ayuda a afianzar mis valores como el juego limpio y la no violencia					
29	Acato todas las disposiciones que me da mi entrenador					
30	La persona que me entrena es un ejemplo a seguir					
31	Tengo grandes expectativas al realizar mi práctica deportiva					
32	Considero que si me esfuerzo voy a lograr grandes éxitos					
33	Mi discapacidad es un obstáculo para alcanzar logros deportivos					
34	Encuentro barreras para conseguir metas deportivas					
35	Alguna vez he tenido barreras por mi discapacidad					
36	El espacio de entrenamiento está adecuado a mis necesidades					

<b>ACTIVIDAD FÍSICA</b>						
<b>Actividad psíquica</b>						
37	El deporte que practico ayuda a mejorar mi concentración					
38	El deporte que practico ayuda a mejorar mi memoria					
39	El deporte que practico ayuda a mejorar mi aprendizaje					
40	Los entrenamientos me ayudan a incrementar mis conocimientos					
41	Los entrenamientos me ayudan a mejorar mi comunicación con los demás					
42	En mis entrenamientos se maneja un lenguaje comprensible					
43	Los entrenamientos me ayudan a desenvolverme socialmente					
44	Los entrenamientos me ayudan a mejorar mi estado de ánimo					
45	Me siento emocionado durante la práctica de mi deporte favorito					
46	Asisto a mis entrenamientos con el objetivo de participar en competencias y sentirme feliz					
47	Cuando debo tomar una decisión importante en el deporte me alegro					
48	Al realizar la práctica deportiva que me gusta lo realizo con pasión.					
<b>Función motriz</b>						
49	Manejo mi cuerpo con total libertad durante la práctica deportiva					

50	Soy una persona que esta convencida de tener un buen estado físico					
51	Espero mejorar mis habilidades motrices después de cada entrenamiento					
52	Con los entrenamientos, mejoro mis destrezas corporales					
53	Cuando no puedo realizar algún ejercicio me esfuerzo por mejorarlo					
54	Poseo las cualidades necesarias para conseguir hacer los ejercicios durante el entrenamiento					
55	El impacto en la funcionalidad de mi cuerpo es favorable al realizar el deporte que practico					
56	Pierdo el control con respecto a mis movimientos con facilidad durante el Entrenamiento					
57	Mi entrenamiento me ayuda a desarrollar fuerza y velocidad					
58	Mis formadores hacen que mis entrenamientos sean dinámicos para una mejor comprensión en los ejercicios					
59	Las actividades deportivas que realizo no demandan a mi cuerpo mayor esfuerzo.					
60	El deporte que practico mejora mi condición física					

**¡GRACIAS POR SU COLABORACIÓN!**

**Fecha de recepción: 14/1/2022**  
**Fecha de aceptación: 30/6/2022**