



Revista Digital de Educación Física

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

RELACIÓN DE FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS, METODOLOGÍAS EDUCATIVAS Y CONTENIDOS CURRICULARES CON EL DISFRUTE EN EDUCACIÓN FÍSICA

Carlos Abad Trullén

Profesor de Educación Física en Primaria y Secundaria, Aragón (España).

Email: carlos.albalate92@hotmail.com

RESUMEN

El estudio de la metodología didáctica y los contenidos curriculares de la Educación Física y su relación con el disfrute del alumnado ha sido abordado en las últimas décadas, mostrando las diversas relaciones existentes con el disfrute en función del tipo de metodología empleada o contenidos tratados en Educación Física. Por este motivo, y tras la inclusión de nuevas metodologías, el objetivo del estudio fue analizar la relación de los factores mencionados con el disfrute, centrandó la atención en qué metodologías y contenidos tienen relación con el disfrute, tanto a nivel general como en función del sexo. Para ello, se aplicó un protocolo de evaluación a una muestra compuesta por 114 alumnos/as de 1º y 2º de Educación Secundaria Obligatoria. El protocolo incluía el reflejo de datos como el sexo, la valoración de diferentes estilos de enseñanza, la valoración de diversos contenidos curriculares y la Escala de Medida del Disfrute en la Actividad Física (PACES). Dicho protocolo fue aplicado al inicio de una sesión de Educación Física. Los resultados mostraron que ambos sexos disfrutaban por igual en Educación Física, que la metodología activa se relaciona de forma positiva con el disfrute en ambos sexos, que la metodología directiva se relaciona inversamente con el disfrute en el caso de los chicos y que la mayoría de contenidos se relacionan de forma positiva con el disfrute del alumnado, a excepción de los juegos tradicionales, existiendo diferencias en función del sexo. Como conclusión, se puede afirmar el cambio de tendencia en cuanto al disfrute del alumnado en función del sexo y la relación positiva de las metodologías activas y la mayoría de los contenidos analizados con el disfrute del alumnado.

PALABRAS CLAVE:

Educación Física; Disfrute; Metodología didáctica; Contenidos curriculares; Sexo.

RELATIONSHIP OF SOCIODEMOGRAPHIC FACTORS, EDUCATIONAL METHODOLOGIES AND CURRICULAR CONTENTS WITH ENJOYMENT IN PHYSICAL EDUCATION.

ABSTRACT

The study of the didactic methodology and the curricular contents of Physical Education and its relationship with the enjoyment of the students has been addressed in recent decades, showing the various existing relationships with enjoyment depending on the type of methodology used or contents treated in Physical Education. For this reason, and after the inclusion of new methodologies, the objective of the study was to analyze the relationship of the aforementioned factors with enjoyment, focusing attention on what methodologies and contents are related to enjoyment, both at a general level and according to sex. To this end, an evaluation protocol was applied to a sample composed of 114 students of 1st and 2nd grade of Compulsory Secondary Education. The protocol included the reflection of data such as sex, the assessment of different teaching styles, the assessment of various curricular contents and the Scale for the Measurement of Enjoyment in Physical Activity (PACES). This protocol was applied at the beginning of a Physical Education session. The results showed that both sexes enjoy equally in Physical Education, that the active methodology is positively related to the enjoyment in both sexes, that the management methodology is inversely related to the enjoyment in the case of boys and that most contents are related in a positive way with the enjoyment of the students, with the exception of traditional games, there are differences according to sex. As a conclusion, it is possible to affirm the change of trend in terms of the enjoyment of the students in function of the sex and the positive relation of the active methodologies and the majority of the contents analyzed with the enjoyment of the students.

KEYWORD

Physical Education; Enjoyment; Didactic methodology; curricular content; sex.

1. INTRODUCCIÓN.

El disfrute en la asignatura de Educación Física es un elemento a tener muy en cuenta por los docentes debido a los beneficios que reporta al alumnado en el plano procedimental para la adquisición de habilidades motrices (Pila Teleña, 1988); en el plano actitudinal, dando como resultado un alumnado implicado, satisfecho y con ganas de aprender (Craike et al., 2010); y en el plano corporal a nivel de salud, siendo un elemento básico para atraer al alumnado hacia la práctica de actividades físico-deportivas debido al placer y deseo de ejercitarse (Sáenz et al., 1999; López y González, 2001).

Diversas investigaciones, como las realizadas por Castillo y Balaguer (2001), García y Llopis (2011) y Nicolás (2017) determinan que la diversión y el disfrute son el segundo factor más importante para el alumnado en lo que a motivos que los mueven a realizar actividad física se refiere, solamente superados por el factor salud. Por este motivo, es de vital importancia el análisis del factor disfrute, con el objetivo de reforzarlo y fomentar la adherencia del alumnado a la realización de actividad física en su día a día, como indican Moreno et al. (2006) o Baena et al. (2012), entre otros autores, contribuyendo así a reforzar el primer factor, la salud, y combatir el sedentarismo, el sobrepeso y la obesidad, determinadas por la Organización Mundial de la Salud como los principales problemas de la población adolescente actual.

En el ámbito de la educación, y más concretamente, de la Educación Física, diversas investigaciones sobre las actitudes del alumnado y la satisfacción en las clases determinan que los contenidos curriculares tratados, las influencias de su entorno, los factores sociodemográficos de edad y sexo, la metodología empleada y las características personales del docente son los factores que más condicionan el disfrute del alumnado (Luke y Sinclair, 1991; Moreno et al., 2002; Moreno y Cervelló, 2004; Moreno y Hellín, 2007; Ruiz, 2009). No obstante, a pesar de la importancia que tienen estos factores en su relación con el disfrute, y aunque hayan aumentado el número de investigaciones en los últimos años, siguen siendo insuficientes y requieren de una continua actualización, especialmente a nivel metodológico y a nivel de contenidos curriculares, dada la continua innovación existente en la enseñanza y la aparición de nuevas metodologías y nuevos contenidos que despiertan el interés del alumnado.

1.1. EL FACTOR SOCIODEMOGRÁFICO DEL SEXO DEL ALUMNADO ADOLESCENTE Y SU RELACIÓN CON EL DISFRUTE EN EDUCACIÓN FÍSICA.

Pese a que la relación existente entre el disfrute y la Educación Física debería ser igualitaria tanto para chicos como para chicas, existen multitud de investigaciones que determinan las diferencias existentes entre el disfrute de los chicos y de las chicas debido a factores como los estereotipos de género, la tipología de las actividades realizadas o los motivos que les mueven a realizar actividad física, entre otros (Moreno et al., 2006; Pérez, 2017; Sicilia, 2002).

Los resultados obtenidos en diversos estudios muestran las diferencias existentes en los niveles de motivación en función del sexo del alumnado, apreciándose un mayor disfrute en el caso de los chicos respecto a las chicas (Baena y Granero, 2015; Hernández et al., 2020). En consonancia con estos estudios, a nivel de participación en clase, Chepyator y Ennis (1997) encontraron que son las

mujeres adolescentes quienes participan menos en las sesiones de Educación Física. Por otro lado, a nivel de flow disposicional, Moreno et al. (2005) afirman en su estudio las diferencias en función del sexo del alumnado, concluyendo que los varones mostraron un mayor flow disposicional respecto a las mujeres.

Ante estas diferencias en función del sexo del alumnado, diversos estudios han centrado sus esfuerzos en determinar e identificar los motivos o causas de las mencionadas diferencias. La primera de las causas, según Sicilia (2002) y Pérez (2017), se trata de los estereotipos de género que crea la sociedad, determinando papeles y roles sociales según el sexo, atribuyéndoles un determinado estatus como podemos observar en las determinadas actividades físico-deportivas que escogen para practicar, normalmente masculinizadas por el sexo femenino y deshabitadas por el sexo masculino, y viceversa. Otra de las causas de que los chicos disfruten más que las chicas en Educación Física, según Duarte (citado por Pérez, 2017), se debe a la mayor presencia de deportes institucionalizados en las clases. Para ser más específicos, deportes que fortalecen los estereotipos de género por considerarse socialmente como deportes masculinizados.

No obstante, a diferencia de los estudios anteriormente mencionados, no todos los realizados están en consonancia con la afirmación de que los chicos disfrutan más que las chicas a la hora de realizar actividad física en los centros educativos. En esta línea se han encontrado los estudios de Núñez et al. (2005) y Moreno et al. (2006), quienes diferenciaron en sus trabajos los motivos que mueven al alumnado a realizar actividad física, encontrando que los chicos tenían valores más altos en la motivación extrínseca, mientras que las chicas en la motivación intrínseca, siendo esta última la considerada por Deci y Ryan (1985; 2000) como el tipo de motivación que se debe fomentar entre el alumnado. Además, otro estudio que difiere con los anteriores es el realizado por Escalona y Abad (2015), quienes no encontraron diferencias en los niveles de disfrute del alumnado en función del sexo, apreciando unos niveles de disfrute prácticamente similares en ambos sexos.

Ante los resultados obtenidos en la relación entre el sexo del alumnado y el disfrute al realizar actividad física en el colegio o instituto, se han encontrado estudios que se centran en la búsqueda de soluciones que permitan fomentar un disfrute elevado y similar de ambos sexos en las clases de Educación Física. Por un lado, Moreno et al. (2008) plantean una enseñanza basada totalmente en la coeducación bajo un mismo modelo de igualdad y un mayor grado de libertad. Por otro lado, Macarro et al. (2010) plantean en su estudio la importancia de un clima motivacional adecuado generado por el docente en sus clases de Educación Física, con el objetivo no solo de igualar los valores de disfrute de ambos sexos, sino también para contrarrestar otro de los resultados que obtuvieron en su estudio, que fue el mayor abandono de la asignatura de Educación Física por parte de las chicas.

1.2. LA METODOLOGÍA EMPLEADA EN EDUCACIÓN FÍSICA Y SU RELACIÓN CON LA MOTIVACIÓN Y EL DISFRUTE DEL ALUMNADO.

La metodología didáctica utilizada por los docentes de Educación Física adquiere una alta importancia por su relación con diversos factores que integran el proceso de enseñanza – aprendizaje, como por ejemplo, su influencia sobre el rendimiento académico, sobre el disfrute del alumnado, sobre las relaciones sociales dentro del aula o sobre la autonomía de los discentes (Treasure et al., 2001).

Esta metodología, de acuerdo con las clasificaciones de Mosston y Ashworth (1993), Delgado Noguera (2015) y Hernández (2009), entre otros, agrupan los diferentes estilos de enseñanza en dos grandes grupos metodológicos, que son los métodos directivos, caracterizados por la reproducción de modelos de la enseñanza tradicional y la no existencia de implicación cognitiva por parte del alumnado (Baena, 2005), y los métodos activos, caracterizados por el protagonismo del alumnado en el proceso de enseñanza – aprendizaje gracias a la participación, autonomía e implicación cognitiva de estos en el mencionado proceso (Baena, 2005). Respecto a los métodos directivos, Hernández (2009) destaca la presencia de estilos de enseñanza como el mando directo, los grupos reducidos o la microenseñanza, entre otros, mientras que en el caso de los métodos activos, autores como Blázquez (2016) o Nielsen et al. (2020) destacan la presencia del aprendizaje basado en proyectos, el aprendizaje basado en el juego, el flipped Classroom, en aprendizaje – servicio o el aprendizaje basado en problemas, entre otros.

Ahondando en la comparativa de ambas metodologías y su relación con el disfrute, tal y como señalan Treasure et al. (2001) y Moreno y Cervelló (2010), cuando el profesor emplea métodos de enseñanza que propician que los alumnos tengan que tomar sus propias decisiones y que, como consecuencia, se impliquen en la tarea, les proporcionan una mayor satisfacción, interés, e incluso mayores niveles de práctica física extraescolar. Autores como García, Baena o Navarro (citados por León et al., 2020) destacan que las metodologías activas muestran un aumento en la motivación del alumnado respecto a las metodologías directivas, resultados que van en la línea de los obtenidos por Jiménez (2013), quien encontró en su estudio que disfrutaban con ambas metodologías, siendo ligeramente superior el disfrute del alumnado en el caso de las activas.

Sin embargo, a diferencia de los autores anteriormente mencionados, Leo et al. (2020) encontraron en su estudio que el uso de metodologías constructivas y activas dio lugar a unos valores más elevados de motivación en el alumnado y una mayor implicación en las clases frente al uso de métodos reproductivos, que se asoció a valores cercanos a la desmotivación. Otro de los resultados que arrojó este estudio es la relación entre metodologías de acción libre o autoaprendizaje con una baja motivación por parte del alumnado, resultado que difiere con los obtenidos por Gutiérrez y Pilsa (2006), quienes en su estudio encontraron una correspondencia entre la metodología utilizada y la forma de realizar las actividades por parte del alumnado, siendo positiva cuando el docente favorece la toma de decisiones y negativa cuando es el propio docente quien elige lo que hay que hacer en cada momento, haciendo uso de una metodología directiva.

De forma más específica, sobre la mencionada relación entre el disfrute y los estilos de enseñanza, se han encontrado diversos estudios que relacionan los diferentes estilos de enseñanza con el disfrute del alumnado.

En primer lugar, en relación al estilo de enseñanza del mando directo, el estudio llevado a cabo por Jiménez (2013) arrojó que se trata de un estilo de enseñanza motivante para el alumnado, no obstante, los valores obtenidos en el caso del aprendizaje basado en problemas fueron superiores en cuanto a disfrute del alumnado respecto al mencionado mando directo. No obstante, al igual que ocurre en la comparativa de las metodologías activas y directivas, Leo et al. (2020) afirma que en el caso del mando directo los valores son cercanos a la

desmotivación y, Gutiérrez y Pilsa (2006), que se trata de un estilo de enseñanza con el que el alumnado no disfruta.

En segundo lugar, en relación a los estilos de enseñanza de grupos reducidos y microenseñanza, catalogados por Delgado Noguera (2015) como estilos participativos a pesar de pertenecer al grupo de metodologías directivas, Hastie y Sinelnikov (citados por Amador, 2016) afirma en su estudio que el alumnado adolescente obtuvo unos altos índices de motivación y disfrute por el hecho de asumir el papel de docentes en el caso de la microenseñanza, y por la pertenencia a un grupo de compañeros/as en el caso de los grupos reducidos. En la misma línea de este estudio se sitúa González (2017), quien recomienda hacer uso de estos estilos de enseñanza por la motivación que produce en el alumnado.

En tercer lugar, respecto al aprendizaje basado en problemas, Moreno (citado por Aragonés, 2012) destaca que se trata de un estilo de enseñanza que dota al alumnado de gran libertad para resolver los problemas planteados que pocos estilos de enseñanza tienen la capacidad de plantear, siendo uno de los estilos de enseñanza que mayor motivación e implicación despierta en los discentes. En esta misma línea, Almagro et al. (2015) destacan que su uso supone un alto grado de motivación, no obstante, para producir los efectos esperados hacen referencia a que se debe plantear de forma correcta y sobre contenidos que despierten su interés.

En cuarto lugar, en relación al aprendizaje basado en proyectos, Sierra et al. (2013) afirman que se asocia a una implicación del alumnado que da lugar a unos aprendizajes altamente significativos que producen un aumento de la motivación. Sobre su comparación con métodos directivos, García de las Bayonas y Baena (2017) compararon a dos clases, una que trabajaba haciendo uso de métodos directivos y otra que trabajaba mediante la enseñanza basada en proyectos, obteniendo unos resultados que demostraban ampliamente unos valores más altos de disfrute por parte del segundo grupo.

Por último, respecto a la relación entre la enseñanza basada en el juego y el disfrute del alumnado, Martín, Martín y Trevilla (citados por Montero, 2017) afirman que el uso de este estilo de enseñanza produce un aumento de la motivación del alumnado, así como un mejor desempeño del alumnado en las actividades realizadas. Por otro lado, Meneses y Monge (citados por Montero, 2017) resaltan la necesidad de incluir este estilo de enseñanza en la docencia de la Educación Física, por la mejora de los resultados a nivel académico gracias a la adquisición de los contenidos en situaciones lúdicas, así como por el disfrute que produce en el alumnado. En cuanto a las diferencias de disfrute en función del sexo, Moreno et al. (2006) encontraron que se trata de un estilo de enseñanza mejor valorado por las chicas respecto a los chicos.

1.3. LOS CONTENIDOS DE EDUCACIÓN FÍSICA Y SU RELACIÓN CON LA MOTIVACIÓN Y EL DISFRUTE DEL ALUMNADO.

Los contenidos curriculares son el conjunto de formas culturales y de saberes seleccionados para formar parte del área en función de los objetivos. Estos se clasifican en tres grandes grupos, los conceptuales, que hacen referencia a hechos, conceptos y principios; los procedimentales, que son las acciones físicas y

mentales, las habilidades, técnicas y estrategias; y los actitudinales, que son los valores, normas y actitudes (Baena, 2011).

Ahondando en la relación entre el disfrute del alumnado y los contenidos tratados en clase, Jiménez (2013) afirma que existe disparidad de opiniones entre el alumnado adolescente dependiendo de sus gustos e intereses. No obstante, de acuerdo con Moreno et al. (2012), existen pocos estudios que analicen la relación existente entre factores motivacionales y el tipo de práctica realizada, algo insólito debido a la relación entre los niveles de participación en actividades físicas y deportivas en la vida adulta y la diversión y las experiencias positivas en Educación Física (Moreno et al., 2006) y la problemática existente en cuanto al descenso de la motivación y el disfrute a medida que los adolescentes aumentan en edad (Escalona y Abad, 2015; López et al., 2015).

A continuación, se muestran diversos estudios que analizan la relación existente entre el disfrute y los principales contenidos de la asignatura de Educación Física.

En primer lugar, respecto a los contenidos de condición física y salud, Moreno et al. (2012) encontraron una gran satisfacción por parte del alumnado a la hora de realizar este tipo de actividades. No obstante, la causa tuvo un origen extrínseco, teniendo como objetivo la mejora de su forma física y la imagen corporal. De forma más específica, Sáenz et al. (2009) encontraron diferencias en función del sexo del alumnado, siendo unos contenidos mejor valorados por parte de las chicas respecto a los chicos. Sobre la propuesta de este tipo de contenidos, González (2017) recomienda trabajar contenidos novedosos como por ejemplo, el Crossfit o el Bodycombat, entre otros.

En segundo lugar, respecto a los deportes, Hastie y Sinelnikov (citados por Amador, 2016) muestran en sus estudios que el alumnado considera a los deportes como unos contenidos muy interesantes y motivantes, resultados que van en la misma línea que los obtenidos por Pelayo (2017), quien afirma que la realización de deportes colectivos está directamente relacionada con altos índices de motivación en ambos sexos. Tratando la relación entre estos contenidos y las diferencias en cuanto al sexo, Moreno et al. (2006) mencionan que las chicas disfrutaban más realizando deportes individuales que colectivos, a diferencia de los chicos, quienes se muestran más motivados realizando deportes colectivos.

En tercer lugar, respecto a los deportes alternativos, Morago (2017) encontró en su estudio que se trataba de los contenidos con los que más disfrutaban los alumnos, principalmente cuando se trabajan por medio de la cooperación. Sobre estos contenidos, González (2017) recomienda trabajar el Kinball o el Colpbol, por los altos índices de disfrute que reportan los alumnos/as al practicarlos.

En cuarto lugar, en relación a los juegos tradicionales, López et al. (1999) destacan en su estudio que son contenidos motivantes para el alumnado. No obstante, a diferencia de estos autores, Moreno et al. (2006) encontraron en su estudio que el alumnado perteneciente al sexo femenino no disfrutaba trabajando estos contenidos. Para conseguir que sean motivantes, González (2017) recomienda trabajar juegos tradicionales que no conozcan.

En quinto lugar, respecto a los juegos cooperativos, Aragonés (2012) afirma en su estudio que estos contenidos están positivamente relacionados con el disfrute del alumnado siempre y cuando los grupos tengan pocos integrantes, sean heterogéneos y se produzca una implicación del alumnado en las actividades. En la relación cooperatividad y competitividad, Morago (2017) y Castillo y Balaguer (2001) encontraron entre sus resultados que los chicos prefieren trabajar de forma competitiva, mientras que las chicas de forma cooperativa.

En relación a la expresión corporal, autores como López et al. (1999) afirman que el alumnado disfruta con sus contenidos en Educación Física. No obstante, estudios más recientes encontraron diferencias en función del sexo, destacando que los contenidos en cuestión no son bien valorados por el sexo masculino, a diferencia del sexo femenino, que los destaca como muy motivantes (Moreno et al., 2006; Sáenz et al., 2009). Sobre su trabajo en clase, González (2017) recomienda trabajar los bailes latinos y el zumba, por su relación con altos niveles de disfrute en el alumnado.

En séptimo y último lugar, respecto a las actividades en el medio natural, Pelayo (2017) las destaca como muy motivantes para el alumnado en ambos sexos. Sobre su trabajo en el aula, González (2017) recomienda practicar contenidos relacionados con la escalada por su relación con altos índices de motivación entre el alumnado.

2. OBJETIVOS E HIPÓTESIS.

El objetivo principal de este estudio ha sido analizar la relación entre diversos factores, concretamente factores sociodemográficos (sexo), metodológicos y contenidos curriculares, y el disfrute al realizar actividad física. Las hipótesis que se plantean son:

H1. Se espera que existan diferencias en los niveles de disfrute en función del sexo, siendo mayor en el caso de los varones.

H2. Respecto a la metodología educativa, se espera encontrar una relación directa y significativa con el disfrute del alumnado, siendo mayor en el caso de la metodología activa, tanto en las chicas como en los chicos.

H3. Respecto a los estilos de enseñanza, se espera encontrar una relación directa y significativa con el disfrute del alumnado en todos ellos, siendo menor en el caso del mando directo.

H4. Respecto a los contenidos curriculares, se esperan encontrar las siguientes relaciones:

- En juegos cooperativos y condición física y salud, se espera encontrar una relación directa y significativa con el disfrute, siendo mayor en el caso de las chicas.
- En deportes, se espera encontrar una relación directa y significativa con el disfrute del alumnado, siendo mayor en el caso de las chicas en deportes individuales, y mayor en el caso de los chicos en deportes colectivos.

- En deportes alternativos, se espera encontrar una relación directa y significativa con el disfrute del alumnado, obteniéndose los valores más altos de todos los contenidos evaluados.
- En juegos tradicionales, se espera encontrar una relación directa y significativa con el disfrute en los chicos, y una relación inversa y significativa con el disfrute en el caso de las chicas.
- En expresión corporal, se espera encontrar una relación directa y significativa con el disfrute en las chicas, y una relación inversa y significativa con el disfrute en los chicos.
- En actividades en el medio natural, se espera encontrar una relación directa y significativa con el disfrute del alumnado.

3. MÉTODO.

3.1. MUESTRA.

La muestra estuvo compuesta por 114 sujetos, 49 chicos y 65 chicas, de edades comprendidas entre 12 y 14 años ($M=12.76$, $DT=.68$), correspondientes a los dos primeros cursos de Educación Secundaria Obligatoria del Colegio Público Integrado Julio Verne (Zaragoza).

Tabla 1.
Datos descriptivos de la muestra en la metodología, los contenidos y el disfrute.

Variables dependientes / independientes	Media	Desviación típica
Metodologías directivas	4.49	1.49
Metodologías activas	6.61	1.29
Disfrute en la actividad física	67.43	9.38
Condición física y salud	6.93	2.43
Juegos y deportes alternativos	8.18	1.67
Deportes individuales	7.28	2.47
Deportes colectivos	8.15	2.30
Expresión corporal	5.65	3.63
Actividades en el medio natural	8.11	1.67
Juegos tradicionales	5.56	2.62
Juegos cooperativos	7.62	2.58

Nota: Disfrute en la actividad física (0 – 80); resto de variables (0 – 10).

Fuente: Elaboración propia.

3.2. DISEÑO Y VARIABLES.

El diseño de este estudio es multivariado, correlacional y transversal.

La variable dependiente del estudio ha sido el disfrute que genera la actividad física. Esta variable se ha medido cuantitativamente a través de la Escala de Medida del Disfrute en la Actividad Física (PACES) de Molt et al. (2001), adaptada al contexto español por Moreno et al. (2008).

En este estudio se han empleado como variables independientes el sexo, la metodología educativa y los contenidos curriculares. Para su registro, se ha empleado un cuestionario elaborado ad hoc donde los participantes indicaban el sexo, su gusto por un conjunto de metodologías propuestas y su gusto por diferentes contenidos curriculares de Educación Física.

3.3. INSTRUMENTOS.

El protocolo de evaluación incluyó un cuestionario elaborado ad hoc, donde la muestra reflejó su sexo y su gusto por un conjunto de metodologías educativas (mando directo, grupos reducidos, microenseñanza, resolución de problemas, aprendizaje basado en proyectos y aprendizaje basado en el juego) y contenidos curriculares de Educación Física (condición física y salud, deportes individuales, deportes colectivos, juegos y deportes alternativos, expresión corporal, actividades en el medio natural, juegos tradicionales y juegos cooperativos) por medio de una escala Likert entre el 1 y el 10, siendo 1 la puntuación más baja y 10 la puntuación más alta.

Además, respecto al disfrute a la hora de realizar actividad física, se empleó la Escala de Medida del Disfrute en la Actividad Física (PACES) de Molt et al. (2001), destinada a la cuantificación del disfrute de la población adolescente a la hora de realizar actividad física. Dicho cuestionario, validado para la población adolescente y adaptado al contexto español por Moreno et al. (2008), está compuesto por un total de 16 ítems que evalúan el disfrute del alumno en las sesiones de actividad física. Las respuestas son recogidas mediante una escala Likert de 1 (totalmente en desacuerdo) a 5 (totalmente de acuerdo). En las preguntas aparecen cuestiones tanto positivas como negativas que determinan los sentimientos del alumno cuando realiza actividad física. En cuanto a la consistencia interna de la escala, el alfa de Cronbach obtenido fue .824.

3.4. PROCEDIMIENTO.

El protocolo de evaluación se aplicó a los sujetos de 1º y 2º de Educación Secundaria Obligatoria (ESO), a cada grupo - clase en su hora establecida de Educación Física.

Respecto a los criterios de inclusión, y dada la menoría de edad del alumnado, se solicitó al centro educativo y a los padres, madres o tutores legales de dicho alumnado la aprobación y permiso para que el alumnado participara en el estudio realizando el cuestionario. Otros de los criterios de inclusión fueron el deseo del alumnado a participar, existiendo la posibilidad de abstenerse a realizarlo en cualquier momento de dicho procedimiento, y ser alumnado de la asignatura de Educación Física.

Por otro lado, en relación a los criterios de exclusión, no fueron partícipes del estudio el alumnado cuyos padres, madres o tutores legales no autorizaron su participación. Respecto a los criterios de eliminación, se excluyeron del estudio los cuestionarios no realizados de forma completa.

Procedimiento de evaluación. En primer lugar, se repartió un cuestionario para cada sujeto en el aula, con una separación entre mesas adecuada para que no condicionaran las respuestas de cada sujeto y fueran totalmente verídicas. En

segundo lugar, cuando cada alumno estaba en su lugar correspondiente con los materiales preparados, se les explicó para qué iban a ser utilizados, la temática del cuestionario a realizar, como debían realizarlo, la anonimidad del cuestionario (no debían escribir su nombre) y la importancia de que fueran lo más sinceros posibles en sus respuestas para contribuir lo máximo posible en la investigación relacionada con la educación. En tercer lugar, se les indicó que realizaran la totalidad del cuestionario a excepción del apartado relacionado con las metodologías didácticas, realizado en último lugar, con el objetivo de explicar y ejemplificar las diferentes metodologías tanto con situaciones acordes al método en cuestión como con situaciones de clase trabajadas durante el curso, ya que todas las metodologías propuestas para evaluación han sido puestas en práctica durante el curso. Por último, cabe destacar que la realización de los cuestionarios se llevó a cabo al inicio de una sesión de Educación Física, de forma que se empleara el tiempo necesario asegurando una buena realización.

3.5. ANÁLISIS ESTADÍSTICOS.

En primer lugar, se han calculado los estadísticos descriptivos de la muestra, concretamente la media y desviación típica de las diferentes variables del estudio.

En segundo lugar, de forma exploratoria con el fin de hacer una aproximación a las diferencias por sexos, se han calculado las medias, las desviaciones típicas y se ha realizado un análisis de la diferencia de medias del disfrute a partir del estadístico de contraste T de Student para muestras independientes, con un intervalo de confianza del 95%, donde no se ha medido el tamaño del efecto.

En tercer lugar, con el fin de abordar el objetivo principal de este estudio, es decir, analizar la relación existente de las metodologías didácticas, los estilos de enseñanza y los contenidos de Educación Física con el disfrute al realizar actividad física, se ha realizado un análisis correlacional bivariado, a partir del coeficiente de correlación de Pearson, con un intervalo de confianza del 95%, donde no se ha medido el tamaño del efecto. Este análisis correlacional se ha realizado tanto a nivel general como en función del sexo del alumnado.

Para realizar los análisis se ha empleado el programa estadístico SPSS Statistics versión 22.0.

4. RESULTADOS.

Los resultados obtenidos en relación al objetivo principal del estudio se presentan a continuación.

4.1. DIFERENCIAS EN LOS NIVELES DE DISFRUTE EN FUNCIÓN DEL SEXO.

En cuanto a los resultados obtenidos en función del sexo a partir del estadístico de contraste T de Student para muestras independientes, hay que destacar que no se han encontrado diferencias estadísticamente significativas en los niveles de disfrute, tal y como puede observarse en la Tabla 2 y en la figura 1 en

la muestra de chicos y chicas completa, lo que significa que ambos sexos disfrutaron por igual al realizar actividad física en las clases de Educación Física.

Tabla 2.
Medias, desviaciones típicas y pruebas de t en los niveles de disfrute en función del sexo.

	Chicos (M / DT)	Chicas (M / DT)	Prueba T	Significación (p)
Disfrute al realizar actividad física	67.20 / 9.86	67.60 / 9.08	0.22	0.82

Nota: Niveles de significación: (***) $p \leq 0.001$; ** $p \leq 0.01$; * $p \leq 0.05$). Fuente: Elaboración propia.

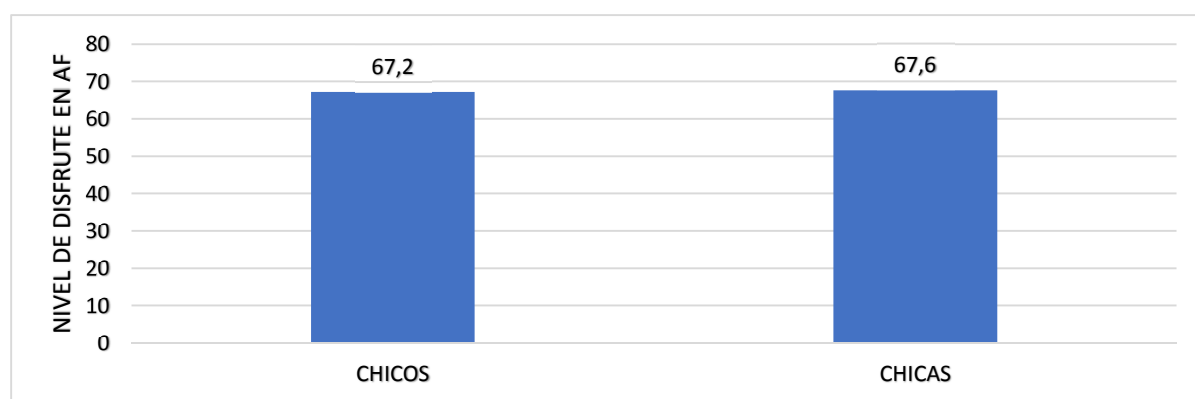


Figura 1. Diferencias de medias en los niveles de disfrute en función del sexo. Fuente: Elaboración propia.

4.2. ANÁLISIS CORRELACIONAL ENTRE METODOLOGÍAS ACTIVAS, DIRECTIVAS, ESTILOS DE ENSEÑANZA Y DISFRUTE.

En cuanto a los resultados obtenidos a partir de la correlación existente entre las variables de metodologías activas, metodologías directivas y estilos de enseñanza con el disfrute del alumnado, se han obtenido diversas relaciones que se van a explicar a continuación de forma detallada.

4.2.1. Análisis correlacional entre metodologías activas, directivas y disfrute al realizar actividad física, a nivel general y en función del sexo.

En cuanto a los resultados obtenidos a partir del análisis de Correlación de Pearson, se ha obtenido una relación directa y significativa ($r_{xy}=0.31$, $p < 0.001$) entre el uso de metodologías activas y el disfrute del alumnado al realizar actividad física en las clases de Educación Física, lo que significa que hacer uso de este tipo de metodologías se relaciona positivamente con el disfrute del alumnado en clase. Sin embargo, no se ha obtenido una relación significativa ($r_{xy}= -0.12$, $p > 0.05$) entre el uso de metodologías directivas y el disfrute al realizar actividad física.

Respecto a los resultados obtenidos a partir del análisis de Correlación de Pearson en el caso de los chicos, se ha encontrado una relación directa y significativa ($r_{xy}=0.29$, $p < 0.01$) entre la metodología activa y el disfrute del alumnado, lo que significa que hacer uso de estos métodos se relaciona positivamente con el disfrute del alumnado. Por otro lado, se ha encontrado una relación inversa y significativa ($r_{xy}=-.50$, $p < 0.001$) entre la metodología directiva y el

disfrute del alumnado perteneciente al sexo masculino, lo que significa que hacer uso de estos métodos se relaciona de forma negativa con el disfrute de los alumnos.

Por último, respecto a los resultados obtenidos a partir del análisis de Correlación de Pearson en el caso de las chicas, se ha encontrado una relación directa y significativa ($r_{xy}=0.34$, $p<0.01$) entre la metodología activa y el disfrute en clase, lo que significa que hacer uso de este tipo de metodologías se relaciona de forma positiva con el disfrute de las chicas en Educación Física. No obstante, no se ha encontrado una relación significativa ($r_{xy}= 0.22$, $p>0.05$) entre el uso de metodologías directivas y el disfrute en clase, lo que significa que hacer uso de estos métodos no tiene una relación significativa con el disfrute del alumnado.

Tabla 3.
Análisis correlacional entre metodologías activas, metodologías directivas, estilos de enseñanza y disfrute.

	Disfrute general	Disfrute en chicos	Disfrute en chicas
Metodologías directivas	-.12	-.50 ***	.22
Metodologías activas	.31 ***	.29**	.34**

Nota: Niveles de significación: (***) $p\leq 0.001$; ** $p\leq 0.01$; * $p\leq 0.05$). Fuente: Elaboración propia.

4.2.2. Análisis correlacional entre estilos de enseñanza y disfrute al realizar actividad física, a nivel general y en función del sexo.

En cuanto a los resultados obtenidos en la relación entre los estilos de enseñanza por separado y el disfrute a nivel general, se han encontrado relaciones significativas en los estilos de enseñanza de grupos reducidos, microenseñanza, aprendizaje basado en proyectos y aprendizaje basado en el juego. En concreto, se ha obtenido una relación directa y significativa con los estilos de enseñanza de grupos reducidos ($r_{xy}=0.19$, $p<0.05$), aprendizaje basado en proyectos ($r_{xy}=0.23$, $p<0.01$) y aprendizaje basado en el juego ($r_{xy}=0.42$, $p<0.001$), lo que significa que hacer uso de estos estilos de enseñanza en clase de Educación Física está relacionado con los niveles más altos de disfrute del alumnado, principalmente, en el caso del aprendizaje basado en el juego. Además, también se ha encontrado una relación inversa y significativa ($r_{xy}=-0.26$, $p<0.01$), entre la microenseñanza y el disfrute del alumnado, lo que significa que este estilo de enseñanza tiene una relación negativa con el disfrute del alumnado.

En segundo lugar, respecto a los resultados obtenidos en la relación entre los estilos de enseñanza y el disfrute en el caso de las chicas, se ha encontrado una relación directa y significativa entre los estilos de enseñanza de grupos reducidos ($r_{xy}=0.50$, $p<0.001$), aprendizaje basado en proyectos ($r_{xy}=0.25$, $p<0.05$) y aprendizaje basado en el juego ($r_{xy}=0.35$, $p<0.01$), lo que significa que en el caso de las chicas, hacer uso de estos estilos de enseñanza se relaciona de forma positiva con el disfrute, destacando principalmente el estilo de enseñanza de los grupos reducidos.

En tercer y último lugar, respecto a los resultados obtenidos en la relación entre los estilos de enseñanza y el disfrute en el caso de los chicos, se ha encontrado una relación inversa y significativa de los estilos de enseñanza de

mando directo ($r_{xy}=0.35$, $p<0.01$) y microenseñanza ($r_{xy}=0.46$, $p<0.001$) con el disfrute, lo que significa que estos estilos de enseñanza se asocian o están relacionados negativamente con el disfrute de los chicos en Educación Física, principalmente en el caso de la microenseñanza. Por otro lado, se ha encontrado una relación directa y significativa entre el aprendizaje basado en el juego ($r_{xy}=0.50$, $p<0.001$) y el disfrute de los chicos, lo que significa que hacer uso de este estilo de enseñanza se asocia positivamente con el disfrute del sexo masculino en las clases de Educación Física.

Tabla 4.
Análisis correlacional entre estilos de enseñanza y disfrute.

	Disfrute general	Disfrute en chicos	Disfrute en chicas
Mando directo	-.14	-.35**	.00
Grupos reducidos	.19*	-.16	.50***
Microenseñanza	-.26**	-.46***	-.10
A.B. en Proyectos	.23**	.25	.25*
A.B. en problemas	.01	-.09	.08
A.B. en Juegos	.42***	.50***	.35**

Nota: Niveles de significación: (***) $p\leq 0.001$; (**) $p\leq 0.01$; (*) $p\leq 0.05$. Fuente: Elaboración propia.

4.3. ANÁLISIS CORRELACIONAL ENTRE CONTENIDOS CURRICULARES Y DISFRUTE.

Tras mostrar en el apartado anterior los resultados arrojados por el análisis de Correlación de Pearson entre la metodología didáctica, los estilos de enseñanza y el disfrute, el presente apartado se va a centrar en la relación entre los contenidos didácticos de Educación Física y el disfrute.

En cuanto a los resultados obtenidos a nivel general, se ha encontrado una relación directa y significativa de los contenidos de condición física y salud ($r_{xy}=0.37$, $p<0.001$), juegos y deportes alternativos ($r_{xy}=0.55$, $p<0.001$), deportes individuales ($r_{xy}=0.51$, $p<0.001$), deportes colectivos ($r_{xy}=0.54$, $p<0.001$), expresión corporal ($r_{xy}=0.30$, $p<0.001$), actividades en el medio natural ($r_{xy}=0.33$, $p<0.001$) y juegos cooperativos ($r_{xy}=0.42$, $p<0.001$) con el disfrute, lo que significa que el trabajo de estos contenidos en el aula de Educación Física está relacionado con los niveles más altos de disfrute del alumnado, principalmente, en el caso de los juegos y deportes alternativos y los deportes, tanto individuales como colectivos. Además, se debe destacar que los juegos tradicionales son los únicos contenidos analizados que no se relacionan directa ni inversamente con el disfrute del alumnado.

En segundo lugar, respecto a los resultados obtenidos en la relación entre los contenidos curriculares y el disfrute en el caso de las chicas, se ha encontrado una relación directa y significativa de los contenidos condición física y salud ($r_{xy}=0.41$, $p<0.001$), juegos y deportes alternativos ($r_{xy}=0.57$, $p<0.001$), deportes individuales ($r_{xy}=0.45$, $p<0.001$), deportes colectivos ($r_{xy}=0.60$, $p<0.001$), expresión corporal ($r_{xy}=0.40$, $p<0.001$), actividades en el medio natural ($r_{xy}=0.25$, $p<0.05$) y juegos cooperativos ($r_{xy}=0.43$, $p<0.001$) con el disfrute, lo que significa que existe una relación positiva entre el trabajo de estos contenidos y el disfrute de las chicas en las clases de Educación Física. Además, al igual que en párrafo anterior a nivel general, se debe destacar que los juegos tradicionales son los únicos contenidos

analizados que no se relacionan directa ni inversamente con el disfrute de las chicas.

En tercer y último lugar, respecto a los resultados obtenidos en la relación entre los contenidos curriculares y el disfrute en el caso de los chicos, se ha encontrado una relación directa y significativa de los contenidos condición física y salud ($r_{xy}=0.32$, $p<0.05$), juegos y deportes alternativos ($r_{xy}=0.53$, $p<0.001$), deportes individuales ($r_{xy}=0.58$, $p<0.001$), deportes colectivos ($r_{xy}=0.50$, $p<0.001$), actividades en el medio natural ($r_{xy}=0.45$, $p<0.001$) y juegos cooperativos ($r_{xy}=0.41$, $p<0.01$) con el disfrute, lo que significa que trabajar estos contenidos en clase de Educación Física se relaciona positivamente con el disfrute en el caso de los chicos. Además, se debe destacar que la expresión corporal y los juegos tradicionales no se relacionan directa ni inversamente con el disfrute de los chicos.

Tabla 5.
Análisis correlacional entre contenidos curriculares y disfrute.

	Disfrute general	Disfrute en chicos	Disfrute en chicas
Condición física y salud	.37***	.32*	.41***
Juegos y deportes alternativos	.55***	.53***	.57***
Deportes individuales	.51***	.58***	.45***
Deportes colectivos	.54***	.50***	.60***
Expresión corporal	.30***	.24	.40***
Actividades en el medio natural	.33***	.45***	.25*
Juegos tradicionales	-.06	-.04	-.08
Juegos cooperativos	.42***	.41**	.43***

Nota: Niveles de significación: (***) $p\leq 0.001$; (**) $p\leq 0.01$; (*) $p\leq 0.05$). Fuente: Elaboración propia.

5. DISCUSIÓN.

El objetivo principal de este estudio ha sido analizar la relación de diversos factores con el disfrute del alumnado al realizar actividad física. Concretamente, factores sociodemográficos, metodologías educativas y contenidos curriculares de Educación Física.

En primer lugar, en relación al sexo hay que destacar que no se ha confirmado la hipótesis. Los resultados que se han obtenido muestran que no existen diferencias en los niveles de disfrute de los chicos y las chicas, resultados que difieren con los obtenidos por Baena y Granero (2015), Hernández et al. (2020), Chepyator y Ennis (1997) y Moreno et al. (2005), quienes afirman que los chicos disfrutan, participan y están más dispuestos que las chicas en la asignatura de Educación Física. Los resultados obtenidos van en la línea que los obtenidos por

Escalona y Abad (2015), quienes no encontraron diferencias en los niveles de disfrute en función del sexo. Una posible explicación podría ser que en la actualidad se han reducido los estereotipos y prejuicios asociados a chicos y chicas, que Sicilia (2002) identificó como el factor responsable del menor disfrute del sexo femenino respecto al masculino. De esta forma, los cambios en el estatus de las chicas y los chicos y los roles asignados podrían estar cambiando y estar afectando a la mayor implicación y disfrute por parte de las chicas en el ámbito de la actividad física y el deporte. Otra posible explicación podría ser que las medidas planteadas por Moreno et al. (2008) de llevar a cabo una educación basada en la coeducación, y por Macarro et al. (2010) de generar climas motivacionales adecuados en las sesiones, estén siendo eficaces y estén afectando a la mayor semejanza en los niveles de disfrute en ambos sexos.

En segundo lugar, respecto a la metodología didáctica, hay que remarcar que se ha corroborado la hipótesis de forma parcial, ya que en el caso de las metodologías activas se ha obtenido una relación directa y significativa con el disfrute, pero no se ha obtenido en el caso de las metodologías directivas, resultados que difieren parcialmente con los obtenidos por Jiménez (2013), quien afirma que el alumnado disfruta con ambas metodologías, obteniéndose mejores resultados a nivel de disfrute con el uso de las metodologías activas. Estos resultados corroboran los obtenidos por León et al. (2020), quienes destacan que los métodos activos producen un aumento en la motivación del alumnado, y los obtenidos por Leo et al. (2020) de forma más ajustada, quienes afirman que la metodología activa se asocia con altos índices de disfrute y la metodología directiva con valores cercanos a la desmotivación. Ahondando en las diferencias en función del sexo, se ha obtenido una relación directa y significativa prácticamente similar entre el disfrute y la metodología activa, no obstante, sí que existen diferencias en la relación entre el disfrute y las metodologías directivas, no existiendo relación en el caso de las chicas, pero sí en el caso de los chicos, obteniéndose una relación inversa y significativa, lo que significa que al hacer uso de esta metodología el alumnado masculino no disfruta, datos que corroboran los obtenidos por Leo et al. (2020), mencionados en líneas anteriores, pero que difieren de los obtenidos por Jiménez (2013).

En relación a los estilos de enseñanza por separado, respecto al mando directo no se ha cumplido con la hipótesis, ya que no se ha obtenido una relación significativa con el disfrute, resultados que por un lado difieren con Jiménez (2013), quien afirma que es el segundo estilo de enseñanza mejor valorado a nivel motivacional por el alumnado, y por otro con Leo et al. (2020), quien afirma que el uso de este estilo de enseñanza se relaciona con valores cercanos a la desmotivación. No obstante, en función del sexo, se ha encontrado una relación inversa y significativa entre el disfrute de los chicos y el estilo de enseñanza del mando directo, lo que significa que hacer uso de este estilo desmotiva al alumnado del sexo masculino, resultados que corroboran los obtenidos por Gutiérrez y Pilsa (2006) en su estudio.

Respecto a los grupos reducidos se ha cumplido con la hipótesis, ya que se ha obtenido una relación directa y significativa entre el disfrute y los grupos reducidos, lo que corrobora las afirmaciones de González (2017) y Hastie y Sinelnikov (citados por Amador, 2016), quienes afirman que se trata de un estilo de enseñanza muy motivante por el hecho de pertenecer a un grupo de compañeros/as. No obstante, en este caso se hace necesario atender a las

diferencias en función del sexo, ya que en el caso de las chicas se ha mostrado como el estilo de enseñanza con mayor relación directa y significativa, mientras que en el caso de los chicos no se ha relacionado con el disfrute. Una posible explicación a estas diferencias podría ser la diferencia entre sexos en el desarrollo madurativo, ya que como indican Allen y Waterman (2019), son las chicas quienes comienzan antes el desarrollo pubertario, y como consecuencia, su entrada a la adolescencia, coincidiendo con el inicio de etapa de Secundaria, donde el alumnado del sexo masculino aún no ha iniciado este proceso. Este hecho puede explicar que para las chicas sea más importante estar cerca de sus iguales gracias a este estilo de enseñanza, a diferencia de los chicos, que dan más importancia a otros aspectos.

Por último, dentro de los estilos de enseñanza directivos, en el caso de la microenseñanza, no se ha cumplido con la hipótesis. Los resultados muestran una relación inversa y significativa entre el disfrute y este estilo de enseñanza, lo que significa que hacer uso de este estilo se relaciona con la desmotivación en el aula, resultados que difieren con los obtenidos por González (2017) y Hastie y Sinelnikov (citados por Amador, 2016), quienes afirman que la microenseñanza motiva al alumnado por el hecho de asumir el papel de docentes. No obstante, al igual que en líneas anteriores, se hace necesario atender las diferencias en función del sexo, ya que en el caso de las chicas no se ha obtenido una relación significativa con el disfrute, pero en el caso de los chicos se ha obtenido una relación inversa y significativa, siendo el estilo de enseñanza peor valorado por el sexo masculino. Algunas posibles explicaciones podrían ser, por un lado, la relación entre las competencias del alumnado y su edad, no sintiéndose preparados para afrontar el rol de docente, y por otro lado, el rechazo a asumir responsabilidades mayores en clase que el hecho de realizar las actividades de aula.

En relación al aprendizaje basado en proyectos, se ha cumplido con la hipótesis a nivel de la muestra general, y en función del sexo, en el caso de las chicas, resultados que corroboran los obtenidos por Sierra et al. (2013), quienes afirman que existen unos altos índices de motivación en el alumnado al trabajar por proyectos debido a la implicación del alumnado que lleva implícito este estilo de enseñanza. Sin embargo, en el caso de los chicos no se ha cumplido con la hipótesis, ya que no se ha relacionado el disfrute con este estilo de enseñanza, aunque estando muy cercano a la significación.

Respecto al aprendizaje basado en problemas, no se ha cumplido con la hipótesis, ya que no se ha obtenido una relación significativa entre el disfrute y este estilo de enseñanza, ni a nivel de la muestra total ni diferenciando por sexos. Los resultados difieren con los obtenidos por Moreno (citado por Aragonés, 2012) y Almagro et al. (2015), quienes afirman en sus estudios la relación positiva entre ambos factores debido a la libertad que da al alumnado para la resolución de problemas. Algunas posibles explicaciones podrían ser, por un lado, no haber planteado el estilo de enseñanza de forma correcta o bien que los contenidos no sean interesantes para el alumnado, como indican Almagro et al. (2015), y por otro lado, la falta de experiencias del alumnado en su trabajo con este estilo de enseñanza.

Por último, dentro de los factores metodológicos, respecto al aprendizaje basado en el juego, se ha cumplido con la hipótesis de forma parcial. Por un lado, los resultados de la muestra total y por sexos determinan la relación directa y

significativa de este estilo de enseñanza con el disfrute, corroborando los resultados obtenidos por Martín, Martín y Trevilla (citados por Montero, 2017), quienes afirman en sus estudios los altos niveles de disfrute mostrados por el alumnado al trabajar con este estilo de enseñanza. No obstante, los resultados difieren con los obtenidos por Moreno et al. (2006), quienes encontraron entre sus resultados que las chicas valoran mejor este estilo de enseñanza respecto a los chicos, algo que no ocurre en este caso, puesto que la relación entre factores en el caso de los chicos es superior y más significativa respecto a la de las chicas.

En tercer y último lugar, respecto a los contenidos de enseñanza – aprendizaje de Educación Física y su relación con el disfrute del alumnado, al igual que en el caso de la metodología, se va a discutir los resultados en base a otros estudios en cada grupo de contenidos por separado.

En relación a los contenidos de condición física y salud, se ha cumplido con la hipótesis planteada. Los resultados muestran una relación directa y significativa entre el disfrute y estos contenidos, siendo superior en el caso de las chicas, lo que significa que tratar estos contenidos motiva al alumnado, especialmente al sexo femenino, resultados que corroboran los obtenidos por Moreno et al. (2012), quien afirma que existe una gran satisfacción entre el alumnado al trabajar estos contenidos, y de forma más concreta y específica, los obtenidos por Sáenz et al. (2009), quienes afirman que estos contenidos son mejor valorados por las chicas. Una posible causa de que existan estas diferencias puede deberse al ritmo madurativo de ambos sexos, estando las chicas en una etapa más avanzada de la adolescencia respecto a los chicos a esta edad, que les lleva a preocuparse en mayor medida por su forma física e imagen corporal, como refleja Moreno et al. (2012) es su estudio, aunque en este caso sin diferenciar por sexos.

Respecto a los deportes, se ha cumplido con la hipótesis planteada de forma parcial. Los resultados muestran una relación directa y significativa entre los deportes colectivos y los deportes individuales con el disfrute del alumnado, tanto en la muestra total como en función del sexo, lo que muestra lo mucho que disfruta el alumnado cuando se trabajan estos contenidos en clase de Educación Física. Los resultados corroboran los obtenidos por Hastie y Sinelnikov (citados por Amador, 2016) y Pelayo (2017), quienes destacan que se trata de contenidos que motivan en gran medida al alumnado. Sin embargo, los resultados difieren con los obtenidos por Moreno et al. (2006), quienes afirman que en el caso de las chicas disfrutaban más de los individuales, mientras que los chicos de los colectivos, datos que no se corresponden con los obtenidos en este estudio, donde se muestra exactamente lo contrario.

En relación a los juegos y deportes alternativos, se ha cumplido con la hipótesis planteada. Los resultados arrojados por este estudio muestran una relación directa y significativa de estos contenidos con el disfrute del alumnado, siendo los contenidos mejor valorados por el alumnado, seguidos muy de cerca por los deportes colectivos e individuales, corroborando los resultados obtenidos por Morago (2017), quien afirma que se trata de los contenidos con los que más disfruta el alumnado. Una posible causa de haber obtenido estos resultados puede deberse a los deportes alternativos llevados a cabo durante el curso escolar, que coinciden con los propuestos por González (2017) por los altos índices de motivación que reportan al alumnado, que son el Kinball y el Colpbol.

Respecto a los juegos tradicionales, no se ha cumplido con la hipótesis. Los resultados no muestran ninguna relación entre estos contenidos y el disfrute del alumnado, tanto en la muestra total como en función del sexo, donde los valores obtenidos son prácticamente iguales. Por lo tanto, los resultados difieren de los obtenidos por López et al. (1999), quien los destaca como motivantes para el alumnado, y los obtenidos por Moreno et al. (2006), quien afirma que las chicas no disfrutaban al trabajar estos contenidos. Una posible causa puede ser la repetición año tras año de los mismos juegos, debiendo el profesorado incorporar juegos tradicionales que no conozcan para que resulten motivantes para el alumnado, como indica González (2017).

En relación a los juegos cooperativos, se ha cumplido con la hipótesis planteada. Los resultados arrojados por el estudio muestran que existe una relación directa y significativa con el disfrute del alumnado, lo que significa que trabajar estos contenidos en clase se relaciona con el disfrute del alumnado. Estos resultados corroboran por un lado los obtenidos por Aragonés (2012), quien afirma que se produce el mencionado disfrute al tratar estos contenidos en Educación Física, y por otro lado, corroboran a Morago (2017) y Castillo y Balaguer (2001), quienes encontraron en su estudio una predisposición de las chicas a trabajar de forma cooperativa por encima de los valores obtenidos del sexo masculino, resultados que coinciden con los obtenidos en este estudio.

Respecto a la expresión corporal, se ha cumplido con la hipótesis de forma parcial. Los resultados en la muestra total y en el sexo femenino muestran la relación directa y significativa de la expresión corporal con el disfrute, corroborando por un lado a López et al. (1999), quien afirma que se produce el disfrute al trabajar estos contenidos, y por otro lado, aunque parcialmente, a Moreno et al. (2006) y Sáenz et al. (2009), quienes afirman la buena valoración de las chicas de estos contenidos. No obstante, hay que destacar que los resultados difieren parcialmente con estos autores, ya que afirman que los chicos valoran negativamente estos contenidos, resultados que no se han obtenido en este estudio, donde aunque no se ha obtenido una relación significativa entre ambos factores en el caso de los chicos, ha estado cercana a la significación de forma directa y positiva.

Para finalizar, En relación a los contenidos relacionados con el medio natural, se ha cumplido con la hipótesis establecida. Los resultados arrojados por el estudio muestran una relación directa y significativa de estos contenidos con el disfrute del alumnado, lo que significa que tratar estos contenidos produce disfrute en el alumnado. Estos datos corroboran los obtenidos por Pelayo (2017), quien afirma la alta motivación del alumnado por realizar estas actividades, tanto en chicos como en chicas. No obstante, hay que destacar que en este estudio, aunque en ambos sexos se ha relacionado de forma positiva los contenidos en cuestión y el disfrute, en el caso de los chicos se ha obtenido unos valores superiores en cuanto a disfrute.

En definitiva, los resultados obtenidos ponen de manifiesto la relevancia que los factores sociodemográficos, la metodología didáctica y los contenidos de enseñanza – aprendizaje pueden tener en cuanto a motivación y disfrute del alumnado. No obstante, hay que tener en cuenta las limitaciones de este estudio, concretamente, el tamaño y origen de la muestra, así como la franja de edad empleada. Esto se ha debido, por un lado, a las dificultades de este curso escolar por la situación sanitaria, resultando imposible acceder al alumnado de otros centros educativos para formar parte del estudio, y por otro lado, por la

particularidad del centro educativo en cuestión, donde por el momento solo hay alumnos/as del primer y segundo curso de la etapa de Secundaria. Además, es necesario destacar que al ser éste un estudio correlacional, no se puede establecer la dirección de la relación entre las variables.

6. CONCLUSIONES Y PROSPECTIVA DE FUTURO.

Respecto al objetivo principal planteado y los resultados obtenidos, se exponen las siguientes conclusiones:

- No existen diferencias en función del sexo en los niveles de disfrute al realizar las clases de Educación Física.
- Las metodologías activas se relacionan de forma positiva con el disfrute del alumnado. Concretamente, el aprendizaje basado en proyectos se relaciona directamente con el disfrute de las chicas, y el aprendizaje basado en el juego se relaciona directamente con el disfrute de ambos sexos.
- Las metodologías directivas se relacionan inversamente con el disfrute de los chicos. Concretamente, los estilos de enseñanza del mando directo y la microenseñanza se han relacionado inversamente con el disfrute de los chicos.
- El estilo de enseñanza de los grupos reducidos se relaciona directamente con el disfrute de las chicas.
- Todos los contenidos se relacionan directamente con el disfrute del alumnado, a excepción de los juegos tradicionales, obteniéndose unos valores más elevados en deportes, tanto individuales como colectivos, y en juegos y deportes alternativos.
- Los contenidos de juegos cooperativos y condición física y salud son mejor valorados por las chicas, mientras que los contenidos de medio natural son mejor valorados por los chicos.
- Los contenidos de expresión corporal solo se han relacionado positivamente con el disfrute en el caso de las chicas.

De acuerdo a estas conclusiones y de cara a estudios futuros, sería recomendable la inclusión de todos los cursos de la etapa educativa de Educación Secundaria Obligatoria e incluso del primer curso de Bachillerato, centrandó la investigación de forma específica tanto en las nuevas metodologías emergentes y su relación con el disfrute, como son el aprendizaje basado en proyectos o el aprendizaje basado en el juego, entre otros, y en los contenidos que despiertan un mayor interés en el alumnado, principalmente en los juegos y deportes alternativos, ahondando en cada uno de ellos y explorando la relación de estos con el disfrute, dada la gran variedad de juegos y deportes que los integran, con el objetivo de determinar cuáles motivan más al alumnado sin que existan diferencias en función del sexo para así incorporarlos en las programaciones didácticas de Educación Física.

7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

- Almagro, B., Navarro, I., Paramio, G. y Sáenz – López, P. (2015). Consecuencias de la motivación en las clases de Educación Física. *EmásF*, 34, 26 – 41. [https://repositorioinstitucional.ceu.es/bitstream/10637/7627/1/2015%20Almagro%20et%20al%20Consecuencias de la motivacion en las clases de EF.pdf](https://repositorioinstitucional.ceu.es/bitstream/10637/7627/1/2015%20Almagro%20et%20al%20Consecuencias%20de%20la%20motivacion%20en%20las%20clases%20de%20EF.pdf)
- Amador, S. (2016). *Estrategias metodológicas para el fomento de la motivación en las clases de educación física* [Trabajo Final de Grado]. Universidad de la Laguna. [https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/3357/ESTRATEGIAS%20METODOLOGI CAS%20PARA%20EL%20FOMENTO%20DE%20LA%20MOTIVACION%20EN%20LAS%20CLASES%20DE%20EDUCACION%20FISICA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/3357/ESTRATEGIAS%20METODOLOGI%20CAS%20PARA%20EL%20FOMENTO%20DE%20LA%20MOTIVACION%20EN%20LAS%20CLASES%20DE%20EDUCACION%20FISICA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Aragonés, C.A. (2012). *Uso de nuevas metodologías y motivación del alumno* [Trabajo Final de Máster]. Universidad Internacional de La Rioja. <https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/560/Aragones%20CarlosAlberto.pdf?sequence=1>
- Baena, A. (2011). La Educación Física en el sistema educativo actual. Estudio de los principales elementos del currículum: los contenidos. *Digitum*, 1 – 6. [https://digitum.um.es/digitum/bitstream/10201/22054/1/4.%20Los%20Contenidos %20en%20Educaci%C3%B3n%20F%C3%ADsica.pdf](https://digitum.um.es/digitum/bitstream/10201/22054/1/4.%20Los%20Contenidos%20en%20Educaci%C3%B3n%20F%C3%ADsica.pdf)
- Baena, A. (2005). *Bases teóricas y didácticas de la Educación Física escolar*. Editorial Gioconda.
- Baena, A. y Granero, A. (2015). Educación física e intención de práctica física en tiempo libre. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 17 (3), 132- 144. <https://www.redalyc.org/pdf/155/15540997010.pdf>
- Baena, A., Zapatera, B. y Fernández, M.A. (2012). Motivos de práctica de actividad físico-deportiva en adolescentes españoles: Estudio avena. *Profesorado*, 16 (1). <http://www.ugr.es/~recfpro/rev161COL11.pdf>
- Blázquez, D. (2016). *Métodos de enseñanza en Educación Física. Enfoques innovadores para la enseñanza de la Educación Física*. Editorial INDE.
- Castillo, L. y Balaguer, L. (2001). Dimensiones de los motivos de práctica deportiva de los adolescentes valencianos escolarizados. *Apunts: Educación Física y Deportes*, 63, 22-29.
- Chepyator, J.R. y Ennis, C.D. (1997). Reproduction and resistance to the culture of femininity and masculinity in secondary school physical education. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 68, 89-99. <https://doi.org/10.1080/02701367.1997.10608870>
- Craike, M., Hibbins, R. y Graham Cuskelly, D. (2010) The influence of various aspects of enjoyment on participation in leisure time physical activity. *World Leisure Journal*, 52 (1), 20-33. <https://doi.org/10.1080/04419057.2010.9674619>
- Deci, E. L., y Ryan, R. M. (1985). The general causality orientations scale: Self-determination in personality. *Journal of Research in Personality*, 19, 109-134. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/0092656685900236>

- Deci, E. L., y Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268. https://selfdeterminationtheory.org/SDT/documents/2000_DeciRyan_PIWhatWhy.pdf
- Delgado Noguera, M.A. (2015). Los estilos de enseñanza de la Educación Física y el Deporte a través de 40 años de vida profesional. *Retos*, 28, 240 – 247. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5147786>
- Escalona, A. y Abad, C. (2015). *Factores predictores de la motivación hacia la Educación Física en adolescentes: Un estudio exploratorio* [Trabajo Final de Máster]. Universidad Camilo José Cela.
- García de las Bayonas, M. y Baena, A. (2017). Motivación en educación física a través de diferentes metodologías didácticas. *Profesorado: Revista de curriculum y formación del profesorado*, 21 (1), 1 – 16. <https://recyt.fecyt.es/index.php/profesorado/article/view/58072>
- García, M. y Llopis, R. (2011). Ideal democrático y bienestar personal, Encuesta sobre los hábitos deportivos en España 2010. *Centro de Investigaciones Sociológicas-Consejo Superior de Deportes*. <http://www.csd.gob.es/csd/estaticos/dep-soc/encuesta-habitos-deportivos2010.pdf>
- González, D. (2017). Estrategias didácticas y motivacionales en las clases de educación física desde la teoría de la autodeterminación. *e-Motion: Revista de Educación, Motricidad e Investigación*, 8, 44 – 62. <http://rabida.uhu.es/dspace/bitstream/handle/10272/14277/Estrategias.pdf?sequence=2>
- Gutiérrez, M. y Pilsa, C. (2006) Actitudes de los alumnos hacia la Educación Física y sus profesores. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 6 (24), 212 - 229. <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista24/artactitudes36.pdf>
- Hernández, B. (2009). Los métodos de enseñanza en la Educación Física. *Lecturas: Educación física y deportes*, 132. <https://www.efdeportes.com/efd132/los-metodos-de-ensenanza-en-la-educacion-fisica.htm>
- Hernández, P., Guevara, R.M., Urchaga, J.D. y Moral, J.E. (2020). Autopercepción de la motivación en las clases de educación física según el sexo, la edad y el tipo de práctica físico-deportiva. *Papeles Salmantinos de Educación*, 24. https://www.researchgate.net/publication/346024588_Self-perception_of_motivation_in_physical_education_classes_according_to_sex_age_and_type_of_physical-sports_practice
- Jiménez, E. (2013). Metodología y motivación en Educación Física. Análisis de la práctica docente. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 184. <https://www.efdeportes.com/efd184/metodologia-y-motivacion-en-educacion-fisica.htm>
- Leo, F.M., López, M.A., Gómez, J.M., Ponce, J.C. y Pulido, J.J. (2020). Metodologías de enseñanza-aprendizaje y su relación con la motivación e implicación del alumnado en las clases de Educación Física. *CCD: Cultura, Ciencia y Deporte*, 15 (46), 493 – 504.

<https://www.researchgate.net/publication/348522976> Metodologías de enseñanza-aprendizaje y su relación con la motivación e implicación del alumnado en las clases de Educación Física

León, O., Martínez, L.F., Arija, A. y Santos, M.L. (2020). Las metodologías activas en Educación Física. Una aproximación al estado actual desde la percepción de los docentes en la Comunidad de Madrid. *Retos*, 38, 587 - 594. <https://doi.org/10.47197/retos.v38i38.77671>

López, A. y González, V. (2001). Niveles de satisfacción por la clase de Educación Física. *Lecturas: Educación física y deportes*, 32. <https://www.efdeportes.com/efd32/satisf.htm>

López, A., Camerino, O. y Castañer, M. (2015). Evaluar la motivación en la educación física, una aplicación con AMPET. *Tándem*, 47, 55 - 64. <http://www.observesport.com/desktop/images/docu/aj85rr9d.pdf>

Luke, M.D. y Sinclair, G. (1991). Gender difference in adolescents attitudes toward school physical education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 11, 31-46. <https://eric.ed.gov/?id=EJ438514>

Macarro, J., Romero, C. y Torres, J. (2010). Motivos de abandono de la práctica de actividad físico-deportiva en los estudiantes de Bachillerato de la provincia de Granada. *Revista de Educación*, 353, 495-519. http://www.revistaeducacion.educacion.es/re353/re353_18.pdf

Molt, R., Dishman, R., Saunders, R., Dowda, M., Felton, G. y Pate, R. (2001). Measuring Enjoyment of Physical Activity in Adolescent Girls. *American Journal of Preventive Medicine*, 21 (2), 110 - 117. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0749379701003269>

Montero, B. (2017). Aplicación de juegos didácticos como metodología de enseñanza: Una revisión de la Literatura. *Experiencias docentes*, 7 (1), 75 - 92. http://www2.camino.upm.es/Departamentos/maticas/revistapm/revista_im_presa/vol_VII_num_1/exp_doc_apl_jue_did.pdf

Morago, A. (2017). *Análisis de la motivación y actitud en relación con el aprendizaje cooperativo en las clases de Educación Física a partir de deportes alternativos: Una propuesta didáctica* [Trabajo Final de Máster]. Universidad de Cantabria. <https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/13172/MoragoLopezVaquezAna.pdf?sequence=1>

Moreno y Cervelló (2010). *Motivación en la actividad física y el deporte*. Editorial Wanceulen.

Moreno, J. A. y Hellín, M. G. (2007). El interés del alumnado de Educación Secundaria Obligatoria hacia la Educación Física. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 9 (2). <https://redie.uabc.mx/redie/article/view/173>

Moreno, J. A., González, D., Martínez, C., Alonso, N., y López, M. (2008). Propiedades psicométricas de la Physical Activity Enjoyment Scale (PACES) en el contexto español. *Estudios de Psicología*, 29 (2), 173-180.

<https://www.researchgate.net/publication/233587210> Psychometric properties of the Physical Activity Enjoyment Scale PACES in the Spanish context

Moreno, J. A., Sánchez, M., Rodríguez, D., Prieto, M. P. y Mula, C. (2002) ¿Puede el comportamiento del profesor influir en la valoración que el alumno realiza de la Educación Física? En Díaz, A., Moreno, J.A. y Rodríguez, P.L. (Eds.) *III Congreso de Educación Física e Interculturalidad*. Consejería de Educación. <http://cid.umh.es/2010/10/03/ipuede-el-comportamiento-del-profesor-influir-en-la-valoracion-que-el-alumno-realiza-de-la-educacion-fisica/>

Moreno, J. A., Sicilia, A., Martínez, C. y Alonso, N. (2008). Coeducación y climas de aprendizaje en educación física. Aportaciones desde la teoría de Metas de Logro. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 11 (4), 42-64. <http://www.cafyd.com/REVISTA/01104.pdf>

Moreno, J. A., y Cervelló, E. (2004). Influencia de la actitud del profesor en el pensamiento del alumno hacia la educación física. *Revista Internacional de Ciencias Sociales y Humanidades SOCIOTAM*, 14 (1), 33-51. <https://www.researchgate.net/publication/237038478> Influencia de la actitud del profesor en el pensamiento del alumno hacia la educación física

Moreno, J.A., Alonso, N., Martínez, C. y Cervelló, E. (2005). Motivación, disciplina, coeducación y estado de flow en educación física: diferencias según la satisfacción, la práctica deportiva y la frecuencia de práctica. *Cuadernos de Psicología del deporte*, 5 (1 y 2), 231 - 243. <https://www.researchgate.net/publication/237228816> MOTIVACION DISCIPLINA COEDUCACION Y ESTADO DE FLOW EN EDUCACION FISICA DIFERENCIAS SEGUN LA SATISFACCION LA PRACTICA DEPORTIVA Y LA FRECUENCIA DE PRACTICA

Moreno, J.A., Borges, F., Marcos, P.J., Sierra, A.C. y Huéscar, E. (2012). Motivación, frecuencia y tipo de actividad en practicantes de ejercicio físico. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 12 (48), 649 - 662. <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista48/artmotivacion319.htm>

Moreno, J.A., Martínez, C. y Alonso, N. (2006). Actitudes hacia la práctica físico-deportiva según a según el sexo del practicante. *RICYDE: Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 3 (2), 20 - 43. <https://www.researchgate.net/publication/28107059> Actitudes hacia la practica fisico-deportiva segun el sexo del practicante

Mosston, M. y Ashworth, S. (1993). *La enseñanza de la Educación Física: La reforma de los estilos de enseñanza*. Hispano Europea.

Nicolas, A. (2017). El nivel de disfrute en la actividad física en adolescentes de 12 a 13 años. *Lecturas: Educación física y deportes*, 224. <https://www.efdeportes.com/efd224/el-nivel-de-disfrute-en-la-actividad-fisica.htm>

Nielsen, A., Romance, A.R. y Chinchilla, J.L. (2020). Los ambientes de aprendizaje como metodología activa promotora de la actividad física en Educación Infantil. Un estudio de caso. *Retos*, 37, 498 - 504. <https://doi.org/10.47197/retos.v37i37.71026>

- Núñez, J. L., Martín-Albo, J., y Navarro, J. G. (2005). Validación de la versión española de la Échelle de Motivation en Éducation. *Psicothema*, 17 (2), 344-349. <http://www.psicothema.com/pdf/3110.pdf>
- Pelayo, C. (2017). *Aplicación de estrategias motivacionales para la mejora de las necesidades psicológicas básicas con estudiantes de secundaria en clase de Educación Física* [Trabajo Final de Máster]. Universidad Miguel Hernández. http://dspace.umh.es/bitstream/11000/4126/1/Pelayo%20Bergara%2C%20Carlos_TFM.pdf
- Pérez, C. (2017). *Educación física y estereotipos de género. Una aproximación teórica a las relaciones de poder y los cuerpos anómicos* [Trabajo Final de Grado]. Universidad de León. https://buleria.unileon.es/bitstream/handle/10612/7952/P%c3%89REZ_LARR%c3%89 CLARA JULIO 2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Pila Teleña, A. (1988). *Educación físico-deportiva en la enseñanza-aprendizaje*. Editorial Pila Teleña.
- Ruiz, R. (2009). La atención a la diversidad en las clases de Educación Física. *Temas para la educación*, 2. <https://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd4933.pdf>
- Sáenz – López, P., Castillo, E. y Conde, C. (2009). Didáctica de la Educación Física escolar. *Wanceulen EF digital*, 5, 28 – 50. https://www.researchgate.net/publication/44283743_Didactica_de_la_educacion_fisica_escolar
- Sáenz, P., Ibáñez, S.J., y Giménez, F.J. (1999). La motivación en las clases de Educación Física. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 17. <https://www.efdeportes.com/efd17a/motiv.htm>
- Sicilia, A. (2002). Desigualdad y género en la Educación Física escolar. *En Actas del III Congreso Internacional de Educación Física* (pp. 679-697). FT-UGT.
- Sierra, B., Méndez, A., y Mañana, J. (2013). La programación por competencias básicas: hacia un cambio metodológico interdisciplinar. *Revista Complutense de Educación*, 24 (1), 165 – 184. https://doi.org/10.5209/rev_RCED.2013.v24.n1.41196
- Treasure, D., Duda, J., Hall, H., Roberts, G., Ames, C. y Maehr, M. (2001). Clarifying Misconceptions and Misrepresentations in Achievement Goal Research in Sport: A Response to Harwood, Hardy, and Swain. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 23, 317 – 329. <https://doi.org/10.1123/jsep.23.4.317>

Fecha de recepción: 4/8/2021
 Fecha de aceptación: 24/9/2021