



## Motivación por las clases de Educación Física en una muestra de escolares de educación media de Chile

*Motivation for Physical Education classes in a sample of secondary school pupils in Chile*

### Autores

Arturo Prat Lopichich <sup>1</sup>  
Fernando Maureira Cid <sup>2</sup>  
Ivonne Moreno Burgos <sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Universidad Metropolitana de Ciencias de la Educación (Chile)

Autor de correspondencia:  
Arturo Prat Lopichich  
[arturo.prat@umce.cl](mailto:arturo.prat@umce.cl)

Recibido: 28-10-25  
Aceptado: 19-11-25

### Cómo citar en APA

Prat Lopichich, A., Maureira Cid, F., & Moreno Burgos, I. (2026). Motivación por las clases de Educación Física en una muestra de escolares de educación media de Chile. *Retos*, 74, 769-780. <https://doi.org/10.47197/retos.v74.117988>

### Resumen

**Introducción:** La motivación ha sido considerada un elemento clave en la participación de las clases de educación física y un buen predictor de personas físicamente activas. El presente estudio tuvo por objetivos validar el Cuestionario de Motivación hacia la Educación Física en escolares de la Región Metropolitana de Chile y determinar la motivación de una muestra de estudiantes de educación media.

**Metodología:** Se llevó a cabo un estudio de enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, de tipo descriptivo y transversal. La muestra estuvo compuesta por 889 estudiantes de enseñanza media de ambos sexos, con una media de 13.8±1.6 años, a quienes se les aplicó el Cuestionario de Motivación hacia la Educación Física. El instrumento utilizado presentó propiedades psicométricas adecuadas para la población encuestada.

**Resultados:** Los análisis realizados indicaron diferencias significativas ( $p<.01$ ) para todas las variables de estudio, encontrando en los niños mayores niveles de motivación y menor desmotivación que en las niñas, que los estudiantes de colegios municipales declararon más motivación hacia las clases de Educación Física, que la motivación decreció a medida que se avanzaba en los cursos, y que los estudiantes que practicaron deporte fuera del colegio tuvieron más motivación. En general, los resultados fueron consistentes con la evidencia revisada.

**Conclusiones:** El Cuestionario de Motivación hacia la Educación Física es aplicable a la población escolar chilena. Además, es necesario considerar estas variables al momento de diseñar y proponer actividades para las clases de Educación Física, con la finalidad de generar una mayor motivación, particularmente en las niñas.

### Palabras clave

Educación Física; motivación; actividad física; estudiantes escolares.

### Abstract

**Introduction:** Motivation has been considered a key element in participation in Physical Education classes and a good predictor of physically active individuals. The objectives of this study were to validate the Physical Education Motivation Questionnaire in schoolchildren in the Metropolitan Region of Chile and to determine the motivation in a sample of secondary school students.

**Methodology:** A quantitative study was conducted using a non-experimental, descriptive, cross-sectional design. The sample consisted of 889 secondary school students of both sexes, with an average age of 13.8±1.6 years, who were given the Physical Education Motivation Questionnaire. The instrument used had adequate psychometric properties for the population surveyed. **Results:** The analyses performed indicated significant differences ( $p<.01$ ) for all study variables, finding higher levels of motivation and lower levels of demotivation in boys than in girls, that students from municipal schools reported higher motivation towards Physical Education classes, that motivation decreased as the school year progressed, and that students who practiced sport outside school were more motivated. Overall, the results were consistent with the evidence reviewed.

**Conclusions:** The Physical Education Motivation Questionnaire is applicable to the Chilean school population. Furthermore, it is necessary to consider these variables when designing and proposing activities for Physical Education classes, with the aim of generating greater motivation, particularly among girls.

### Keywords

Physical Education; motivation; physical activity; school students.

## Introducción

La falta de actividad física se ha transformado en un problema serio a nivel mundial, y Chile no escapa a esta realidad. En particular, preocupa el bajo nivel de actividad física realizado por niños, niñas y adolescentes, ya que, según la última encuesta nacional de actividad física y deporte, tan solo 3 de cada 10 niños cumplen con las recomendaciones diarias de la Organización Mundial de la Salud (Ministerio del Deporte, 2025), siendo las mujeres las más afectadas (Flores et al., 2019). Investigaciones recientes confirman que los niños suelen ser más activos que las niñas, especialmente en las actividades moderadas y vigorosas (Hall, 2020; Moreno et al., 2012). En este contexto, la clase de Educación Física (EF) se vuelve un espacio clave para fomentar la actividad física y los hábitos saludables (Uddin et al., 2020; Vargas & Merchán, 2024; Ministerio de Educación, 2020), siendo la motivación de los estudiantes un factor que influye en la calidad de las clases (Sandoval et al., 2021).

La motivación aparece como un factor central en la práctica de ejercicio físico en los jóvenes, lo cual influye en la disposición a moverse y comprometerse con su bienestar (Knittle, 2018; Antunes et al., 2024; Zhang et al., 2011). Esta se ha definido como la activación del comportamiento en pos de un objetivo (Simpson & Balsam, 2016). Santrock (2002, citado en Naranjo, 2009) describe la motivación como el conjunto de razones que explican por qué las personas actúan de determinada manera. Bandura (1977) señala que la motivación se sustenta en la autoeficacia, la que a su vez dependería de las experiencias personales, experiencias vicarias, persuasión verbal y estados fisiológicos. Otra explicación para este fenómeno, y más cercana a la actividad física, es la Teoría de la Autodeterminación (TAD), que plantea que la motivación se mueve en un continuo que va desde la motivación intrínseca, que considera la realización de una actividad por el disfrute que genera en sí misma, hasta la desmotivación, una ausencia total de intención de actuar. Entre estos extremos hay mecanismos de recompensas externas, que incluyen incentivos hasta la incorporación de la actividad física como una elección personal (Deci & Ryan, 2000).

Existen variados estudios de la TAD en la práctica deportiva y las clases de EF (Fernández et al., 2020; Kalajas et al., 2020; Yli et al., 2009). Una revisión sistemática que incluyó a 66 investigaciones concluyó que existe evidencia robusta respecto del valor de la TAD y el comportamiento hacia la actividad física demostrando la importancia de las regulaciones autónomas hacia una conducta activa (Teixeira et al., 2012). Se han encontrado fuertes correlaciones entre la regulación integrada y la motivación intrínseca con actividad física moderada a vigorosa (Dishman et al., 2015). Desde el punto de vista de los docentes de EF, aquellos que promueven la autonomía de sus estudiantes en clases generan mayores niveles de motivación autónoma y mejor rendimiento real en el juego (Behzadnia et al., 2025). Por su parte, Chang et al. (2016) realizaron una intervención con una propuesta de trabajo autónomo en clases de EF, encontrando diferencias significativas en la motivación intrínseca del grupo tratamiento.

Como una manera de poder determinar la influencia de la TDA en los estudiantes de EF, se creó el Cuestionario de Motivación hacia la Educación Física para estudiantes de secundaria (Sánchez et al., 2012), el que luego fue validado con estudiantes de enseñanza primaria (Leo et al., 2016). Los estudios que han utilizado este cuestionario tienden a identificar la motivación intrínseca en las clases de EF, lo que da cuenta del disfrute en estas clases (Charchaoui et al., 2017; Gascón et al., 2025; Tolano et al., 2024). Estos resultados son relevantes porque la motivación, y, en particular, la motivación intrínseca ha demostrado ser influyente en la realización de actividad física y deportes (Contento & Heredia, 2023; Sierra et al., 2019). En la literatura se encuentran algunos estudios que han utilizado este cuestionario en Chile (Escribano et al., 2025; Mayorga et al., 2023). El estudio de Cárcamo et al. (2023) identificó bajos niveles de motivación en la mayoría de la muestra encuestada. Estos hallazgos coinciden con la Política de Actividad Física y Deporte en Chile que nos presenta problemáticas en relación con la actividad física escolar, entre ellas, la falta de motivación de los estudiantes (Ministerio del Deporte, 2016).

Son diversas las razones por las cuales la EF podría no generar interés en sus estudiantes. Por un lado, el estudiantado está consciente de desigualdades y se les atribuye a los docentes gran parte de la responsabilidad del fenómeno (Díaz et al., 2023). Las malas experiencias pasadas, la propuesta curricular, la autopercepción de habilidades y competencias son variables que tampoco juegan a favor (Aniszewski & Cely, 2021). Otros estudios han demostrado que factores como el género, el entorno y la figura docente influyen en la motivación por la actividad física (Gómez-López et al., 2015; Ruiz, 2023; Vargas & Herrera, 2020). Por ejemplo, se ha observado que los profesores tienden a impulsar más la motivación intrínseca,

mientras que las profesoras suelen influir en la motivación extrínseca de los estudiantes (Ruiz, 2023). Estas diferencias evidencian la necesidad de prestar atención a los estilos de enseñanza y enfoques pedagógicos en la formación inicial docente. Además, las estrategias pedagógicas que emplean los profesores, como el uso de actividades cooperativas y competitivas, pueden impactar directamente en la motivación de los estudiantes (García et al., 2021).

En base a lo expuesto anteriormente, los objetivos del presente estudio son: a) conocer las propiedades psicométricas del Cuestionario de Motivación en Educación Física en una muestra de escolares de enseñanza media de Santiago de Chile; b) comparar la motivación de la muestra según variables sociodemográficas. Esta información es clave para diseñar estrategias pedagógicas más efectivas y ajustadas a sus realidades que inviten a los estudiantes participar y beneficiarse de todas las bondades de la actividad física.

## Método

### *Participantes*

Muestra de tipo no probabilística intencionada. Estuvo constituida por 889 estudiantes pertenecientes a 12 colegios de la ciudad de Santiago de Chile. Con respecto al tipo de administración de los establecimientos educacionales 8 son municipales (66,7%), 2 son particulares subvencionados (16,7%) y 2 son particulares pagados (16,7%). Del total de estudiantes, 412 son mujeres (46,3%) y 477 son hombres (53,7%). La edad de los participantes osciló entre los 12 y los 19 años, con una media de  $13,8 \pm 1,6$  años. 320 estudiantes cursaban séptimo año básico (36,0%), 283 octavo año básico (31,8%), 124 primero medio (13,9%), 38 segundo medio (4,2%), 59 tercero medio (6,6%) y 65 cuarto medio (7,3%).

### *Instrumentos*

Se aplicó una encuesta sociodemográfica para los estudiantes sobre el sexo de nacimiento, edad, año que cursa de formación escolar, práctica de ejercicio físico fuera del colegio y sexo de su docente de EF.

También se aplicó el Cuestionario de Motivación en Educación Física (CMEF) de Sánchez et al. (2012) que consta de 20 afirmaciones que comienzan con la frase Yo participo en las clases de Educación Física...y que debe contestarse con formato Likert, desde 1=totalmente en desacuerdo hasta 5=totalmente de acuerdo. El instrumento evalúa 5 dimensiones: a) motivación intrínseca; b) regulación identificada; c) regulación introyectada; d) regulación externa; e) desmotivación. La varianza total explicada de instrumento fue de un 69,90% y el alfa de Cronbach fue de .940

### *Procedimiento*

Se aplicó una prueba piloto a 30 estudiantes de secundaria para conocer si existían dudas o conceptos que pudieran dificultar contestar el Cuestionario de Motivación en Educación Física. Como no hubo comentarios sobre la redacción se procedió a aplicar el cuestionario a la muestra total, lo cual se realizó a través de un Google form con un código QR, durante el período de clases y en las salas de los establecimientos educacionales. La aplicación de los instrumentos duró 20 minutos aproximadamente.

### *Análisis de datos*

Para conocer las propiedades psicométricas del Cuestionario de Motivación en Educación Física se realizaron análisis de validez y confiabilidad. Se aplicaron análisis factoriales exploratorios de componentes principales y rotación ortogonal de Varimax. También se realizaron análisis factoriales confirmatorios para conocer la adecuación del modelo. La confiabilidad del instrumento se determinó a través del alfa de Cronbach. Los programas estadísticos utilizados fueron el IBM SPSS 26.0 para Windows y AMOS 24.0.

Para describir y comparar los valores de la Cuestionario de Motivación en Educación Física se aplicó estadística descriptiva (medias y desviaciones estándar). Las pruebas de normalidad (KS) entregaron valores  $p < .05$  en todas las variables, por lo cual se utilizó estadística inferencial paramétrica, con pruebas t para muestras independientes para comparar los resultados según sexo de los estudiantes y según sexo del docente de EF. Se utilizaron pruebas ANOVA para comparar los puntajes de la muestra según

año escolar cursado y frecuencia de práctica de actividades deportivas fuera del colegio. Para estos análisis se utilizó el programa estadísticos IBM SPSS 26.0 para Windows. Se consideraron significativos valores  $p < .05$ .

## Resultados

### *Propiedades psicométricas del Cuestionario de Motivación en Educación Física*

Los análisis entregaron un valor  $KMO = .955$  y un valor de la Prueba de esfericidad de Bartlett  $p < .001$ . Razón por la cual se procedió a realizar un análisis factorial exploratorio de componentes principales y rotación ortogonal de Varimax, que entregó la existencia de tres factores que explican el 69,90% de la varianza total. El factor 1 denominado *Motivación intrínseca* consta de 9 ítems, el factor 2. *Regulación externa* consta de 5 ítems y el factor 3. *Desmotivación* con 4 ítems. Las comunalidades de los 18 ítems fueron superiores a .500. El alfa de Cronbach con los 18 ítems fue  $\alpha = .940$ .

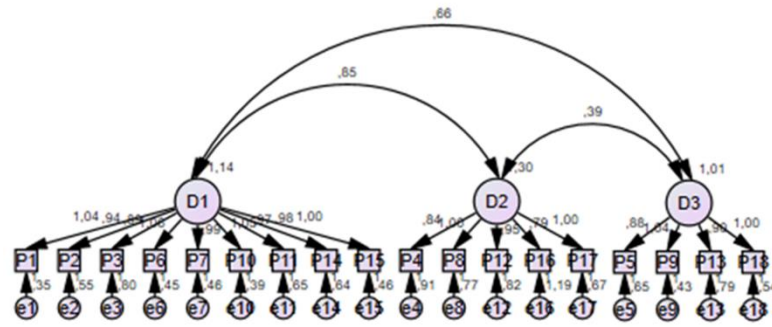
Tabla 1. Análisis factorial exploratorio del Cuestionario de Motivación en Educación Física con 18 ítems.

Ítems	Factor 1	Factor 2	Factor 3
1. Porque la Educación Física es divertida	.828		
2. Porque puedo aprender habilidades que podría usar en otras áreas de mi vida	.765		
3. Porque es lo que debo hacer para sentirme bien	.655		
6. Porque esta asignatura me resulta agradable e interesante]	.811		
7. Porque valoro los beneficios que puede tener esta asignatura para desarrollarme como persona	.781		
10. Porque me lo paso bien realizando las actividades	.814		
11. Porque, para mí, es una de las mejores formas de conseguir capacidades útiles para mi futuro	.699		
14. Por la satisfacción que siento al practicar	.707		
15. Porque esta asignatura me aporta conocimientos y habilidades que considero importantes	.782		
4. Porque está bien visto por el profesor y los compañeros		.657	
8. Porque quiero que el profesor/a piense que soy un/a buen/a estudiante		.825	
12. Porque quiero que mis compañero/as valoren lo que hago		.833	
16. Porque me siento bien conmigo mismo al asistir a clase		.604	
17. Para demostrar al profesor/a y compañero/as mi interés por la asignatura		.764	
5. Pero no comprendo por qué debemos tener Educación Física			.779
9. Pero realmente siento que estoy perdiendo mi tiempo con esta asignatura.			.829
13. No lo sé; tengo la impresión de que es inútil seguir asistiendo a clase			.803
18. No lo sé claramente; porque no me gusta nada.			.777
Varianza explicada	32.87%	19.97%	17.05%
Alfa de Cronbach	.950	.859	.858

Una vez recolectado los datos se procedió a realizar un análisis de validez y confiabilidad del instrumento que mostró la necesidad de eliminar dos ítems: 8. Porque me siento bien al participar en las actividades y 13. Porque lo veo necesario para sentirme bien conmigo mismo, ya que saturaban en más de un factor, poseían bajas comunalidades ( $< .400$ ), la varianza total explicada aumentaba con la eliminación de los dos ítems y la confiabilidad se mantenía similar al eliminar ambos ítems. Por lo tanto, el Cuestionario de Motivación en Educación Física quedo constituido por 18 ítems.

En la figura 1 se presenta el modelo final para el Cuestionario de Motivación en Educación Física, a través de un análisis factorial confirmatorio. Los resultados muestran un valor Chi-cuadrado=671.424 con un valor  $p < .001$ , razón por la cual se revisan otros valores para conocer el ajuste del modelo propuesto. Los valores del CFI=.953, del TLI=.945 y del RMSEA=.068 indican un ajuste adecuado del modelo (Maureira, 2016; Morata et al., 2015).

Figura 1. Análisis factorial confirmatorio del Cuestionario de Motivación en Educación Física.



Fuente: elaboración propia.

### Resultados de la motivación en Educación Física

Del total de la muestra 129 estudiantes reportaron no hacer ejercicio físico fuera de la clase de educación física en el colegio (14.5%), 552 reportaron hacer ejercicio físico 1 o 2 días a la semana (62.1%), 158 reportaron hacer ejercicio físico entre 3 y 6 semanales (17.8%) y 50 reportaron hacerlo todos los días (5.6%). El 29.3% de los estudiantes reportaron que tenían una profesora de EF y el 70.7% dijeron tener un profesor de la especialidad.

En la tabla 2 se presentan los resultados de los tres factores y puntaje total del Cuestionario de Motivación en Educación Física en el total de la muestra y comparando los resultados según sexo. El factor 1. Motivación intrínseca y el factor 2. Regulación externa lograron medias superiores a 3 puntos. El factor 3. Desmotivación obtuvo una media inferior a 2 puntos. Al comparar entre mujeres y hombres de la muestra, estos últimos obtienen un mayor puntaje en los factores 1, 2 y el puntaje total del instrumento, sin embargo, el tamaño del efecto indica una diferencia pequeña ( $d < .30$ ). El factor 3 indica una menor desmotivación de los hombres por las clases de EF, aunque con una diferencia pequeña ( $d = .30$ ).

Tabla 2. Pruebas t para muestras independientes comparando los resultados del Cuestionario de Motivación en Educación Física según sexo de la muestra.

	Muestra total (n=889)	Mujeres (n=412)	Hombres (n=477)	Valor p	d
Motivación intrínseca	3.8±1.1	3.7±1.1	4.0±1.1	.000**	.29
Regulación externa	3.3±1.1	3.2±1.1	3.4±1.2	.000**	.19
Desmotivación	2.0±1.0	2.1±1.0	1.8±1.0	.000**	.30
Puntaje total	3.3±.7	3.2±.7	3.3±.7	.000**	.32

\*\*Diferencias significativas al nivel .01

En la tabla 3 se muestran las comparaciones de los puntajes de cada factor y el total del Cuestionario de Motivación en Educación Física según el año escolar de la muestra. En los factores 1, 2 y el puntaje total fueron los estudiantes de séptimo año los que alcanzaron los puntajes más altos, seguido por octavo año. Por el contrario, primer y tercer año de obtuvieron los puntajes más bajos. En el factor desmotivación los estudiantes de cursos iniciales obtuvieron los puntajes más bajos.

Tabla 3. Pruebas ANOVA comparando los resultados del Cuestionario de Motivación en Educación Física según año escolar.

	Motivación intrínseca	Regulación externa	Desmotivación	Puntaje total
7° primaria (n=320)	4.0±1.0	3.5±1.1	1.8±.9	3.3±.7
8° primaria (n=283)	3.9±1.0	3.4±1.0	1.9±.9	3.3±.6
1° secundaria (n=124)	3.5±1.2	2.9±1.2	2.1±1.2	3.0±.8
2° secundaria (n=38)	3.7±1.4	3.1±1.3	2.4±1.4	3.2±1.0
3° secundaria (n=59)	3.5±1.3	3.1±1.1	2.4±1.3	3.2±.7
4° secundaria (n=65)	3.8±1.3	3.1±1.1	2.0±1.3	3.2±.8
Valor p	.000**	.000**	.000**	.000**
Tukey	7°>1°-3°	7°-8°>1°-2°-3°-4°	7°-8°-4°<2°-3°	7°-8°>1°

\*\*Diferencias significativas al nivel .01

En la tabla 4 se muestran las comparaciones de los puntajes de cada factor y el total del Cuestionario de Motivación en Educación Física según el tipo de administración de los establecimientos educacionales. En los factores 1, 2 y el puntaje total fueron los estudiantes de colegios municipales los que obtuvieron los puntajes más altos, con puntajes similares entre colegios subvencionados y particulares pagados. Los estudiantes de colegios municipales presentan niveles más bajos de desmotivación en contraste con los otros dos tipos de colegios.

Tabla 4. Pruebas ANOVA comparando los resultados del Cuestionario de Motivación en Educación Física según tipo de administración.

Tipo de colegio	Motivación intrínseca	Regulación externa	Desmotivación	Puntaje total
Municipales (n=486)	4.1±0.8	3.6±1.0	1.8±.8	3.4±.5
Subvencionados (n=191)	3.6±1.4	3.0±1.1	2.2±1.3	3.1±.9
Particulares pagados (n=212)	3.5±1.2	2.8±1.2	2.1±1.1	3.0±.8
Valor <i>p</i>	.000**	.000**	.000**	.000**
Tukey	M>S-P	M>S-P	M>S-P	M>S-P

M=municipales; S=subvencionados; P=pagados

\*\*Diferencias significativas al nivel .01

En la tabla 5 se presentan las comparaciones de los puntajes de cada factor y el total del Cuestionario de Motivación en Educación Física según la frecuencia de práctica de actividades deportivas fuera del colegio. En los factores 1, 2 y el puntaje total fueron los estudiantes que reportaron realizar actividades deportivas todos los días los que obtuvieron los puntajes más altos. Por el contrario, los estudiantes que contestaron no realizar actividades deportivas o realizarlas 1 o 2 veces a la semana, fueron quienes obtuvieron los puntajes más bajos. En el factor desmotivación quienes practicaban actividades deportivas todos los días obtuvieron los puntajes más bajos.

Tabla 5. Pruebas ANOVA comparando los resultados del Cuestionario de Motivación en Educación Física según frecuencia de práctica de actividades deportivas fuera del colegio.

	Motivación intrínseca	Regulación externa	Desmotivación	Puntaje total
a) Ningún día (n=129)	3.6±1.0	3.3±1.0	2.2±1.1	3.2±.6
b) Entre 1 y 2 días (n=552)	3.8±1.1	3.2±1.1	2.0±1.1	3.2±.7
c) Entre 3 y 6 días (n=158)	4.0±1.1	3.4±1.2	1.7±.9	3.3±.8
d) Todos los días (n=50)	4.3±.7	3.7±1.1	1.6±.7	3.5±.5
Valor <i>p</i>	.000**	.024*	.000**	.000**
Tukey	d>a	d>a-b	d>a-b	d>a-b

\*Diferencias significativas al nivel .05

\*\*Diferencias significativas al nivel .01

Al comparar los puntajes obtenidos por los estudiantes según el sexo del profesor que les hace EF no se encontraron diferencias significativas en ningún factor ni en el puntaje total del cuestionario ( $p>.05$ ).

## Discusión

Los objetivos del presente estudio fueron: a) conocer las propiedades psicométricas del Cuestionario de Motivación en Educación Física en una muestra de escolares de educación media de Santiago de Chile. En relación con este objetivo del estudio, el instrumento evidenció una varianza total explicada del 69,90% y un coeficiente alfa de Cronbach de 0,940, lo que indica una alta consistencia interna y respalda su fiabilidad para su aplicación en escolares de Santiago de Chile. La validación de este instrumento contribuye al desarrollo del conocimiento científico en el ámbito la EF, además de proporcionar una herramienta para evaluar y diseñar didácticas que tiendan a mejorar la motivación de los estudiantes durante las clases de EF, basadas en la motivación interna y externa que presentan.

El otro objetivo del estudio fue: b) comparar la motivación de la muestra según variables sociodemográficas. Con respecto a la motivación de los estudiantes según sexo, los resultados de la presente investigación fueron consistente con la abundante evidencia que ha reportado una mayor motivación en los niños que en las niñas hacia las clases de EF (Feria et al., 2024; García et al., 2021; Mayor et al., 2024; Rojo et al., 2023; Santos & Melero, 2023). Al revisar la evidencia sobre la materia en Chile, se ha podido

verificar la misma tendencia (Cádiz et al., 2021; Flores et al., 2019; Urrutia et al., 2024). Algunos pocos estudios tienen resultados distintos, no encontrando diferencias estadísticamente significativas entre géneros (Fradejas & Espada, 2018). En otros casos, las mujeres mostraron mayores niveles de motivación propia (Hernández et al., 2020) y diferencias estadísticas significativas a favor de las mujeres (Jurado et al., 2018).

Una posible explicación a estas diferencias la encontramos en una revisión sistemática en la cual las niñas perciben un estigma de género en las clases, siendo esta una de las causas de su desinterés hacia la EF (Alvariñas & Pazos, 2018). A conclusiones similares llegó un estudio realizado en Chile, en el cual se identificó al contenido de la clase como una de las causas de su desmotivación. En particular, el contenido con enfoque deportivo desmotiva a las niñas, pues se mantiene un enfoque de exigencias y actividades orientadas a intereses masculinos, en desmedro del femenino (Flores et al., 2019). Esta falta de perspectiva de género se podría explicar, a su vez, por una escasa revisión de contenidos de género durante su formación profesional (Chihuailaf et al., 2022).

Los datos indican que es necesario avanzar en acciones que permitan estrechar esta brecha. Como respuesta, hay estudios que sugieren focalizar el desarrollo de la motivación en las niñas (Gómez-López et al., 2025; Lincoqueo et al., 2019). En esta misma línea de ideas, una intervención que combinó los enfoques de aprendizaje y servicio con el modelo de educación deportiva identificó efectos positivos en el aumento de la motivación intrínseca en las mujeres (Espoz et al., 2025). La evidencia estudiada sugiere que se debe considerar la variable género en la planificación de las clases de EF (Santos & Melero, 2023; Urrutia et al., 2024).

En cuanto a la relación entre motivación y año escolar, los resultados indican que sería mayor en los cursos iniciales. Hay evidencia que confirma estos resultados, siendo los estudiantes más jóvenes los que reportan mayores niveles de motivación (Lluna et al., 2020; Mayor et al., 2024), disminuyendo la motivación a medida que avanzan en edad (Hernández et al., 2020). Un estudio realizado con 740 escolares comparó la motivación hacia la EF entre estudiantes de primaria y secundaria, cuyos hallazgos concluyeron que los cursos iniciales declaraban una mayor motivación intrínseca y disfrute hacia la asignatura (Navarro et al., 2024). Los niños de primaria se divierten más, encuentran más fácil la asignatura y están dispuestos a tener más horas de EF, que los de secundaria (González, 2024). La investigación de Lluna et al. (2020), encontró diferencias significativas en la valoración de los cursos más pequeños, la que se explica por el mayor acompañamiento de las familias en la práctica de actividad física. Sin embargo, hay evidencia que sugiere resultados contrarios, con mejores niveles de motivación en los cursos superiores (Cádiz et al., 2021). Rojo et al. (2023) concluyeron que la desmotivación disminuye a medida que aumentaba la edad. En este sentido, se identifica una mayor motivación en los estudiantes de educación media, en particular de los hombres de niveles superiores (Cádiz et al., 2021) y en la motivación externa (Rojo et al., 2022). Se sugiere abordar esta problemática, desde la percepción de competencia motriz, para mejorar la motivación de las niñas de tal manera que lleguen motivadas hacia la EF en la adolescencia (Mayor et al., 2024).

Respecto del tipo de establecimiento la evidencia es reducida, pero los resultados son consistentes con los de esta investigación. Un estudio realizado en Chile muestra un mayor nivel de satisfacción hacia la clase de EF en los colegios municipales, que en los colegios particulares (Giakoni et al., 2021), pese a que los docentes de EF de los colegios municipales declaran contar con menos apoyo directivo para sus clases (Sandoval et al., 2021).

De acuerdo con los resultados de esta investigación, la práctica de deportes fuera del colegio, se asocia con la motivación. La práctica del deporte podría estar asociada a motivaciones intrínseca (Gómez et al., 2015). Al diferenciar por tipos de deportes, los individuales producirían mayores niveles generales de motivación, mientras que los deportes colectivos producen una mayor motivación intrínseca (Hernández et al., 2020). En esta misma línea de ideas, los practicantes de deportes de combate han declarado buenos índices de motivación (García et al., 2021). La evidencia disponible muestra una relación positiva entre la motivación en las clases de EF y la realización de actividades extraescolares (Feria et al., 2024). Realizar deporte extraescolar genera mayor disfrute y valoración hacia la EF (Sánchez et al., 2018). El estudio de Baños et al. (2019) encuestó a 457 estudiantes y concluyó que la diversión en las clases de EF es un buen predictor de una persona físicamente más activa en el futuro. Los escolares activos tienden a tener una mayor motivación que los inactivos (Santos & Melero, 2023).

En relación con el sexo de los docentes, si bien no se encontraron diferencias significativas en esta investigación, otros estudios si han tenido hallazgos. El estudio de González et al. (2024) concluyó que las estudiantes de primaria y secundaria prefieren a las profesoras mujeres, porque creen que serán mejor comprendidas. Baños et al. (2018) concluyeron que el género del docente constituye un factor importante en la configuración de los climas motivacionales en el aula, así como en el valor que los escolares confieren a la clase de EF. El género masculino del docente tendría una incidencia importante en la motivación intrínseca de los estudiantes, mientras que el género femenino tuvo resultados significativos con la motivación extrínseca (Ruiz, 2023). Estas diferencias se podrían explicar porque las profesoras tienden a utilizar el juego como recurso didáctico mientras que los profesores se inclinan al acondicionamiento físico (Hall, 2020).

Con independencia del sexo, la influencia ejercida por los docentes de educación física sobre la motivación y la emocionalidad de los estudiantes en el transcurso de las clases impacta significativamente en la adquisición de hábitos de vida activos (Trigueros et al., 2018). Se deben considerar sus gustos e intereses al crear unidades didácticas (Rojo et al., 2023) y utilizar estilos de enseñanza que permitan una mayor participación en la toma de decisiones, para lograr el disfrute de la práctica física (Zueck et al., 2020).

El estudio presenta algunas limitaciones. Una de ellas es el diseño descriptivo transversal que solo entrega un dato, sin profundizar en las razones o causas que inciden en la motivación de los estudiantes hacia la EF. Otra limitación son posibles variables relevantes omitidas, entre las cuales se incluyen la de infraestructura, cantidad de estudiantes por curso o las geográficas, pues la realidad de Chile es muy diversa.

## Conclusiones

Las conclusiones del estudio ofrecen valiosa información. En primer lugar, podemos señalar el Cuestionario de Motivación en Educación Física es un instrumento válido y confiable para ser aplicado en estudiantes de educación media de Santiago de Chile, para informar respecto de Motivación Intrínseca, Regulación Externa y Desmotivación.

En segundo lugar, podemos concluir que en los estudiantes encuestados se observan buenos niveles de motivación intrínseca y bajos niveles de desmotivación. Además, conocemos las variables que inciden favorablemente en esta motivación, como son el ser niño, realizar actividad física fuera del colegio y pertenecer a cursos iniciales. Estos datos son relevantes para focalizar las estrategias y recursos para mantener o aumentar la motivación en el perfil de estudiantes que tiende a declarar niveles de motivación más bajo. Es particularmente importante el foco en el género, para aumentar los niveles de motivación intrínseca en las niñas.

Finalmente, como futuras líneas de investigación, sería relevante avanzar en la comparación de estrategias que promuevan la motivación en los estudiantes, identificando por medio de estudios experimentales, que tipo de acciones, contenidos o modelos pedagógicos influyen en el mayor o menor nivel de motivación de los estudiantes, en particular de las niñas.

## Agradecimientos

Esta investigación fue financiada por el proyecto DIUMCE código 26-2024 EFA, de la Universidad Metropolitana de Ciencias de la Educación, Chile.

## Referencias

- Alvariñas, M., & Pazos, M. (2018). Estereotipos de género en Educación Física: una revisión sistemática. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 20(4). <https://doi.org/10.24320/revdie.2018.20.4.1840>
- Aniszewski, E., & Cely, E. (2021). Students' disinterest in physical education classes by the light of literature. *Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento*, 6(5), 69–80. <https://doi.org/10.32749/nucleodoconhecimento.com.br/education/students-disinterest>
- Antunes, C., Afonso, F., Prieto-González, P., Fierro-Fine, A., & Fernández-Echeverría, C. (2024). Factors influencing the likelihood of sports practice among secondary school students: A systematic review with meta-analysis. *Sports*, 12(6), 154. <https://doi.org/10.3390/sports12060154>
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191–215. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>
- Baños, R., Ortiz-Camacho, M. M., Baena-Extremera, A., & Tristán-Rodríguez, J. L. (2019). Satisfacción, aburrimiento e importancia de la educación física. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 19(3), 205-215.
- Baños, R., Ortiz-Camacho, M. M., Baena-Extremera, A., & Zamarripa, J. (2018). Efecto del género del docente en la importancia de la Educación Física, clima motivacional, comportamientos disruptivos, la intención de práctica futura y rendimiento académico. *Retos*, 33, 252–257. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i33.59991>
- Behzadnia, B., Adachi, P. J. C., & Deci, E. L. (2025). Are physical education teachers' autonomy-supportive behaviors related to high-school students' actual game-play performance? *Physical Education and Sport Pedagogy*, 1-16. <https://doi.org/10.1080/17408989.2025.2456702>
- Cádiz, K. A., León Valladares, D., & Montalba Chacón, J. M. (2021). Análisis de la motivación de estudiantes de educación física a través de la teoría de la autodeterminación. *Retos*, 41, 88–94. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i41.80998>
- Cárcamo, J., Herrmann, C., Gerlach, E., Salvo, S., & Estevan, I. (2023). Motor competence, motivation and enjoyment in physical education to profile children in relation to physical activity behaviors. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 42(11), 1041-1049. <https://doi.org/10.1080/17408989.2023.2265399>
- Chang, Y.-K., Chen, S., Tu, K.-W., & Chi, L.-K. (2016). Effect of autonomy support on self-determined motivation in elementary physical education. *Journal of Sports Science and Medicine*, 15(3), 460-466.
- Charchaoui, I., Cachón, J., Chacón, F., & Castro, R. (2017). Tipos de motivación para participar en las clases de Educación Física en la ESO. *Revista ACCAFIDE*, 18(1), 37-46.
- Chihuailaf, M. L., Concha, R., Prat, A., & Carcher, A. (2022). Percepciones del profesorado chileno de educación física hacia la perspectiva de género. *Retos*, 45, 786–795. <https://doi.org/10.47197/retos.v45i0.91022>
- Contento, G. F., & Heredia, D. A. (2023). Apoyo a la autonomía en educación física: relación con la motivación y la intención de ser físicamente activo. *Polo del Conocimiento*, 8(12), 252–267. <https://doi.org/10.23857/pc.v8i12.6278>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. [https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104\\_01](https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01)
- Díaz, P., González, C., Ramírez, J., & Mujica-Johnson, F. (2023). (Des)Igualdad de género en Educación Física escolar chilena desde la perspectiva estudiantil: Estudio de casos. *Revista Internacional de Educación para la Justicia Social*, 12(1). <https://doi.org/10.15366/riejs2023.12.1.003>
- Dishman, R. K., McIver, K. L., Dowda, M., Saunders, R. P., & Pate, R. R. (2015). Motivation and behavioral regulation of physical activity in middle-school students. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 47(9), 1913–1921. <https://doi.org/10.1249/MSS.0000000000000616>
- Escribano, M., Sánchez, R., & Ferriz, A. (2025). Flipped Classroom: Un enfoque innovador para incrementar la motivación en Educación Física en Educación Primaria. *Revista Electrónica Transformar*, 6(1), 5–17.
- Espoz, S., Hinojosa, C., del Val-Martín, P., & Farías, C. (2025). Hibridación de los modelos pedagógicos y la motivación del alumnado de Educación Física: estudio piloto. *Retos*, 71, 250–259. <https://doi.org/10.47197/retos.v71.116218>

- Feria, A., Sibaja, F. J., & Muñoz, C. (2024). Level of physical activity and perception of physical education in secondary school students. *SPORT TK—EuroAmerican Journal of Sport Sciences*, 13(S2), 1-12.
- Fernández, C., Almagro, B. J., Tamayo, J. A., & Sáenz, P. (2020). Complementing the Self-Determination Theory with the Need for Novelty: Motivation and Intention to Be Physically Active in Physical Education Students. *Frontiers in Psychology*, 11, 1535. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01535>
- Flores, R., Matheu, A., Juica, P., Barrios, E. A., & Mejías, B. (2019). Análisis de género de clases de la auto-determinación del rendimiento y la motivación en clase de Educación Física. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 38(2), 27-44.
- Fradejas, E., & Espada, M. (2018). Evaluación de la motivación en adolescentes que practican deportes en edad escolar. *Retos*, 33, 27-33. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i33.52779>
- García, S., Sánchez, P., & Ferriz, A. (2021). Metodologías cooperativas versus competitivas: efectos sobre la motivación en alumnado de Educación Física. *Retos*, 39, 65-70. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i39.78279>
- Gascón, J., Maneiro, R., Garrote, R., & Moral, J. E. (2025). Motivation in Physical Education class according to sex, age, level of physical activity and adherence to the Mediterranean diet. *SPORT TK—EuroAmerican Journal of Sport Sciences*, 14, 1-17.
- Giakoni, F., Duclos, D., & Parra, D. (2021). Influencia del docente y la docente, la metodología y el contenido de las clases de educación física en la percepción de estudiantado chileno. *Revista Electrónica Educare*, 25(2), 1-17. <https://doi.org/10.15359/ree.25-2.10>
- Gómez-López, M., Ballester del Cerro, J. A., Manzano-Sánchez, D., & Granero-Gallegos, A. (2025). Motivación e inteligencia emocional en las clases de Educación Física de secundaria. *Revista Complutense de Educación*, 36(1), 83-92. <https://doi.org/10.5209/rced.93116>
- Gómez-López, M., Granero-Gallegos, A., Baena-Extremera, A., Bracho Amador, C., & Pérez Quero, F. J. (2015). Efectos de interacción de sexo y práctica de ejercicio físico sobre las estrategias para la disciplina, motivación y satisfacción con la Educación Física. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica*, 40(2), 6-16.
- González, I., López, S., Barcala, M., Mecías, M., & Navarro, R. (2024). Schoolchildren's thinking on the subject and teachers of Physical Education according to gender and educational grade. *Education Sciences*, 14(8), 914. <https://doi.org/10.3390/educsci14080914>
- Hall, J. A. (2020). Secondary physical education, participation by sex in moderate to vigorous physical activity. *Retos*, 38, 543-546. <https://doi.org/10.47197/retos.v38i38.77152>
- Hernández, P., Guevar, R. M., Urchag, J. D., & 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.
- Jurado, P. J., Soto, M. C., Aguirre, J. F., Nájera, R. J., & Mondaca, F. (2018). Motivación hacia las clases de Educación Física en preadolescentes mexicanos de acuerdo al género. *European Scientific Journal*, 14(31). <https://doi.org/10.19044/esj.2018.v14n31p206>
- Kalajas, H., Koka, A., Hein, V., Tilga, H., & Raudsepp, L. (2020). Motivational processes in physical education and objectively measured physical activity among adolescents. *Journal of Sport and Health Science*, 9(5), 462-471. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2019.06.001>
- Knittle, K., Nurmi, J., Crutzen, R., Hankonen, N., Beattie, M., & Dombrowski, S. U. (2018). How can interventions increase motivation for physical activity? A systematic review and meta-analysis. *Health Psychology Review*. <https://doi.org/10.1080/17437199.2018.1435299>
- Leo, F. M., García-Fernández, J. M., Sánchez-Oliva, D., Pulido, J. J., & García-Calvo, T. (2016). Validación del cuestionario de motivación en Educación Física en educación primaria (CMEF-EP). *Universitas Psychologica*, 15(1), 315-326. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy15-1.vmpe>
- Lincoqueo, B., Carrasco, V., Delgado, P., Lorca, J., & Cárcamo, J. (2019). Actitudes de los escolares hacia las clases de Educación Física y la relación con sus niveles de actividad física. *Revista Horizonte de la Ciencia de la Actividad Física*, 10(2), 1-11.
- Lluna, V., Alguacil, M., & González, M. (2020). Análisis del disfrute con la educación física, la importancia de las clases y las intenciones de práctica en estudiantes de secundaria: comparativa por género y curso. *Retos*, 38, 719-726. <https://doi.org/10.47197/retos.v38i38.76941>
- Maureira, F. (2016). *Estadística avanzada para educación física*. Editorial Académica Española.

- Mayor, I., Sanchis, G., & Ávalos-, M. A. (2024). Diferencias de género y edad en la motivación hacia la Educación Física en Educación Primaria en estudiantes españoles. *Retos*, 61, 971-978. <https://doi.org/10.47197/retos.v61.102734>
- Mayorga, D., Sánchez, C., & Flores, R. (2023). Papel de la tecnología y la motivación en la educación física. 2do Congreso Universal de las Ciencias y la Investigación. *Medwave*, 23(Suppl 1). <https://doi.org/10.5867/medwave.2023.S1>
- Ministerio de Educación (2020). *Orientaciones para la actividad física escolar*. Gobierno de Chile.
- Ministerio del Deporte (2016). *Política Nacional de Actividad Física y Deporte 2016-2025*. Gobierno de Chile.
- Ministerio del Deporte (2025). *Encuesta Nacional de Actividad Física y Deporte en población mayor de 5 años: Informe ejecutivo nacional*. Gobierno de Chile.
- Morata, M., Holgado, F., Barbero, I. & Méndez, G. (2015). Análisis factorial confirmatorio. recomendaciones sobre mínimos cuadrados no ponderados en función del error tipo I de ji-cuadrado y RMSEA. *Acción Psicológica*, 12(1), 79-90. <https://dx.doi.org/10.5944/ap.12.1.14362>
- Moreno, L., Concha, F., & Kain, J. (2012). Intensidad de movimiento de escolares durante clases de educación física de colegios municipales: resultados según el profesional que efectúa las clases. *Revista Chilena de Nutrición*, 39(4), 123-128.
- Naranjo, M. L. (2009). Motivación: perspectivas teóricas y algunas consideraciones de su importancia en el ámbito educativo. *Educación*, 33(2), 153-170.
- Navarro, R., Rodríguez, J., Muíño, M., & Mecías, M. (2024). Gender and educational stage differences in motivation, basic psychological needs and enjoyment: Evidence from physical education classes. *Children*, 11(12), 1503. <https://doi.org/10.3390/children11121503>
- Rojo, J., Franco, J. M., Mayordomo, N., Pazzi, F., & Galán, C. (2023). Physical activity and emotional regulation in Physical Education in children aged 12-14 years and its relation with practice motives. *Healthcare*, 11, 1826. <https://doi.org/10.3390/healthcare11131826>
- Rojo, J., González, M. J., Gómez, S., Merellano, E., & Adsuar, J. C. (2022). Analysis of the motivation of students of the last cycle of primary school in the subject of physical education. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3), 1332. <https://doi.org/10.3390/ijerph19031332>
- Ruiz, I. (2023). Análisis de la motivación en Educación Física en Primaria según el tipo de profesorado. *Retos*, 49, 386-393. <https://doi.org/10.47197/retos.v49.97699>
- Sánchez, D., Amado, D., Leo, F., González, I., & García, T. (2012). Desarrollo de un cuestionario para valorar la motivación en Educación Física. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 7(2), 227-250.
- Sánchez, B., Bejerano, A., Valero, A., Gómez, a., & Courel, J. (2018). Deportividad, disfrute y actitudes hacia la Educación Física de los estudiantes de Educación Secundaria. *Ágora para la Educación Física y el Deporte*, 20(2-3), 319-340. <https://doi.org/10.24197/aefd.2-3.2018.319-340>
- Sandoval, M., Quiroga, D., & Cárcamo, J. (2021). Visión del profesorado de educación física hacia su asignatura en Chile. *Revista Ciencias de la Actividad Física UCM*, 22(1), 1-12. <https://doi.org/10.29035/rcaf.22.1.9>
- Santos, R., & Melero, A. (2023). Variables asociadas a la motivación hacia la práctica de actividad física en adolescentes. *Retos*, 50, 925-930. <https://doi.org/10.47197/retos.v50.96892>
- Sierra, M., González, S., Pastor, J., & López, G. (2019). Can we motivate students to practice physical activities and sports through models-based practice? A systematic review and meta-analysis of psychosocial factors related to physical education. *Frontiers in Psychology*, 10, 2115. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02115>
- Simpson, E., & Balsam, P. (2016). The behavioral neuroscience of motivation: An overview of concepts, measures, and translational applications. *Current Topics in Behavioral Neurosciences*, 27, 1-12. [https://doi.org/10.1007/7854\\_2015\\_402](https://doi.org/10.1007/7854_2015_402)
- Teixeira, P., Carraça, E., Markland, D., Silva, M., & Ryan, R. (2012). Exercise, physical activity, and self-determination theory: A systematic review. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 9, 78. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-9-78>
- Tolano, E., López, L., Serna, A., & Vega, S. (2024). Análisis de la motivación por la clase de Educación Física en escolares de nivel primaria. *Sportis. Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*, 10(2), 401-416. <https://doi.org/10.17979/sportis.2024.10.2.10679>
- Trigueros, R., Navarro, N., Aguilar, J. & León, I. (2019). Influencia del docente de Educación Física sobre

la confianza, diversión, la motivación y la intención de ser físicamente activo en la adolescencia. *Cuadernos de Psicología del Deporte, Vol 19(1)*, 222-232

- Uddin, R., Salomon, J., Mohammed, S. & Khan, A. (2020). Physical education class participation is associated with physical activity among adolescents in 65 countries. *Nature research, Scientific Reports, 10*, 22128. <https://doi.org/10.1038/s41598-020-79100-9>
- Urrutia, J., Vera, A., Rodas, V., Pavez, G., Palou, P., & Poblete, F. (2024). Autoconcepto físico, motivación de logro y actitudes hacia la Educación Física. *Revista Ciencias de la Actividad Física UCM, 25(1)*, 1–18. <https://doi.org/10.29035/rcaf.25.1.3>
- Vargas, J. F., & Herrera, E. M. (2020). Motivación hacia la Educación Física y actividad física habitual en adolescentes. *Ágora para la Educación Física y el Deporte, 22*, 187–208. <https://doi.org/10.24197/aefd.0.2020.187-208>
- Vargas, L. & Merchán, M. (2024). Incidencia de la Educación Física para fomentar estilos de vida saludables en el contexto educativo: Una revisión sistemática. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, 5(4)*, 4404. <https://doi.org/10.56712/latam.v5i4.2576>
- Yli, S., Watt, A., Jaakkola, T., Liukkonen, J., & Nurmi, J. (2009). Relationships between physical education students' motivational profiles, enjoyment, state anxiety, and self-reported physical activity. *Journal of Sports Science and Medicine, 8*, 327–336.
- Zhang, T., Solmon, M. A., Kosma, M., Carson, R. L., & Gu, X. (2011). Need support, need satisfaction, intrinsic motivation, and physical activity participation among middle school students. *Journal of Teaching in Physical Education, 30(1)*, 51–68. <https://doi.org/10.1123/jtpe.30.1.51>
- Zueck, M. del C., Ramírez, A. A., Rodríguez, J. M., & Irigoyen, H. E. (2020). Satisfacción en las clases de Educación Física y la intencionalidad de ser activo en niños del nivel de primaria. *Retos, 37*, 33–40. <https://doi.org/10.47197/retos.v37i37.69027>

#### Datos de los/as autores/as y traductor/a:

Arturo Prat Lopich  
Fernando Maureira Cid  
Ivonne Moreno Burgos

arturo.prat@umce.cl  
maureirafernando@yahoo.es  
Ivonne.moreno@umce.cl

Autor  
Autor  
Autora