

Amado, D.; Sánchez-Miguel, P.A.; Leo, F.M.; Sánchez-Oliva, D.; y García-Calvo, T. (2014) Diferencias de género en la motivación y percepción de utilidad del deporte escolar / Gender differences in motivation and perception of utility of the scholar sport. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte vol. 14 (56) pp. 651-664 [Http://cdeporte.rediris.es/revista/revista56/artdiferencias510.htm](http://cdeporte.rediris.es/revista/revista56/artdiferencias510.htm)

## ORIGINAL

# DIFERENCIAS DE GÉNERO EN LA MOTIVACIÓN Y PERCEPCIÓN DE UTILIDAD DEL DEPORTE ESCOLAR

## GENDER DIFFERENCES IN MOTIVATION AND PERCEPTION OF UTILITY OF THE SCHOLAR SPORT

**Amado, D.; Sánchez-Miguel, P. A.; Leo, F. M.; Sánchez-Oliva, D. y García-Calvo, T.**

Facultad de Ciencias del Deporte. Universidad de Extremadura. Cáceres. Correo electrónico: [diamal@unex.es](mailto:diamal@unex.es), [pesanchezm@unex.es](mailto:pesanchezm@unex.es), [franmilema@unex.es](mailto:franmilema@unex.es), [davidsanchez@unex.es](mailto:davidsanchez@unex.es), [tgarciaac@unex.es](mailto:tgarciaac@unex.es)

**Código UNESCO / UNESCO code:** 6199 Psicología del Deporte / Sport psychology

**Clasificación del Consejo de Europa / Council of Europe classification:** 15 Psicología del Deporte / Sport psychology

**Recibido** 23 de enero de 2012 **Received** January 23, 2012

**Aceptado** 12 de enero de 2013 **Accepted** January 12, 2013

### RESUMEN

El principal objetivo del estudio es analizar las diferencias entre el nivel de autodeterminación y la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas en función del género y su incidencia sobre la percepción de utilidad del deporte. Participaron en el estudio 1897 jóvenes jugadores de baloncesto, balonmano, fútbol y voleibol (1378 chicos y 519 chicas). Diferentes instrumentos fueron utilizados para medir las distintas variables abordadas en el estudio. Los resultados mostraron que los chicos presentan puntuaciones más altas en todos los tipos de motivación y que su sentimiento de competencia es más elevado que el de las chicas. Por otro lado, la motivación autodeterminada y la satisfacción de las necesidades conducen a percibir mayor utilidad del deporte en ambos géneros.

**PALABRAS CLAVE:** Motivación autodeterminada; género; utilidad del deporte; jóvenes deportista.

## ABSTRACT

The aim of the study was to analyze the differences between self-determination level and satisfaction of the three psychological needs with respect to gender and their influence on the perception of utility of the sport. The sample comprised 1897 basketball, handball, football and volleyball young players (1378 boys and 519 girls). Different measures were used to examine the differences between the variables contained in the study. Results showed that boys were more intrinsically and extrinsically motivated and showed less a motivation than girls, as well as their scored higher in competence than girls. However, both for boys and girls, self-determined motivation and psychological needs satisfaction led to a greater perception of utility of the sport.

**KEYWORDS:** Self-determined motivation, genre, usefulness of sport, youth athletes.

## INTRODUCCIÓN

En edad escolar, se ha ido incrementando paulatinamente el estudio de las actitudes, percepciones y opiniones de los jóvenes en torno a su participación en actividades físico-deportivas (Abarca-Sos, Zaragoza Casterad, Generelo Lanaspá, y Julián Clemente, 2010; Alvariñas, Fernández-Villarino, y López-Villar, 2009; Moreno, González-Cutre, Martínez, Alonso, y López, 2008; Ruiz-Juan y Zarauz, 2011). Esto se debe a que cada vez son más los investigadores en psicología del deporte que desean conocer las causas que subyacen a la adherencia en este tipo de actividades así como los motivos que llevan a los adolescentes a no practicar. En este sentido, resulta fundamental conocer la utilidad que los jóvenes conceden a la práctica deportiva dado que esto puede evitar que se produzca un conflicto con otros papeles sociales que el sujeto pueda verse obligado a desempeñar, propios de la etapa de desarrollo en la que se encuentre (Boiché y Sarrazin, 2007). Al respecto, los procesos motivacionales constituyen un elemento clave para dirigir el comportamiento hacia la práctica deportiva y hacer que esta decisión persista en el tiempo (Taylor, Ntoumanis, Standage, y Spray, 2010; Ulrich-French, y Smith, 2009), porque suscitan la curiosidad, el interés y el deseo de participar en una actividad.

Por ello, el marco teórico desde el cual vamos a abordar esta investigación es la Teoría de la Autodeterminación (Deci y Ryan, 2000, Ryan y Deci, 2000) que estudia el grado en que las conductas humanas son voluntarias o autodeterminadas. Esta teoría establece que la motivación es un continuo con diferentes niveles de autodeterminación que abarcan desde la conducta más autodeterminada hasta la menos autodeterminada, de modo que el recorrido de una a otra comprende tres tipos diferentes de motivación: la motivación intrínseca, que se asocia a mayores niveles de autodeterminación e

implica el compromiso en una actividad por el placer que se obtiene al realizarla; la motivación extrínseca, que hace referencia a la concepción de la actividad como un medio para conseguir un determinado fin e incluye cuatro tipos de regulación (integrada, identificada, introyectada y externa) que evolucionan de mayor a menor nivel de autodeterminación y, por último, la desmotivación, que es el menor nivel de autodeterminación y refleja la falta de intención para comprometerse con un comportamiento debido a la ausencia de motivación. Asimismo, esta teoría considera que la satisfacción de las necesidades de competencia, autonomía y relaciones sociales, consideradas como las necesidades psicológicas básicas, determinan el nivel de autodeterminación de una persona en un contexto social (Deci y Ryan, 2000).

En base a esta teoría y teniendo en cuenta la existencia de un incremento del número de chicas adolescentes que abandonan la participación en actividades físico-deportivas (Douthitt, 1994; Jaffee y Ricker, 1993) en comparación con el género masculino, queremos conocer las causas que subyacen a este entramado estudiando las diferencias que existen en los procesos motivacionales mostrados por ambos géneros hacia la práctica deportiva y la incidencia de estos procesos sobre la percepción de utilidad que conceden a dicha práctica.

En esta línea, algunos autores han comprobado que los chicos estaban más motivados intrínsecamente por la práctica de actividad físico-deportiva que las chicas (Amorose y Horn, 2000; Kim y Gill, 1997). Sin embargo, en investigaciones posteriores varios autores ponen de manifiesto la ausencia de diferencias significativas entre ambos géneros respecto a la motivación intrínseca, reflejando el género masculino una mayor motivación extrínseca y desmotivación por la práctica deportiva (Arbinaga y García, 2003; Balaguer, Castillo, y Duda, 2007; Moreno, Cervelló, y González-Cutre, 2007; Núñez, Martín-Albo, Navarro, y González, 2006; Recours, Souville, y Grifett, 2004).

Por su parte, Moreno, Cano, González-Cutre, Cervelló, y Ruiz (2009) con una muestra de 283 deportistas federados, 141 hombres y 142 mujeres pertenecientes a 32 clubes de salvamento deportivo, encontraron mayor motivación intrínseca, extrínseca y desmotivación a favor del género masculino. Además, éstos mostraron mayor percepción de competencia y autonomía mientras que las chicas reflejaron mayor puntuación en la necesidad de relaciones sociales.

En relación a la percepción de utilidad del deporte, en líneas generales se establece que las actitudes hacia la actividad física y hacia la Educación Física son más positivas a medida que el alumno se siente más motivado, realiza alguna actividad física extraescolar y practica deporte con mayor frecuencia (Chen, 2001; González, Donolo, Rinaudo, y Paoloni, 2011; Moreno y Hellín, 2002; Treasure y Roberts, 2001). En esta línea, cabe destacar que la mayoría de estudios realizados se han centrado en estudiar la relación entre la motivación y la utilidad que conceden los alumnos a la Educación Física (Moreno y Llamas, 2007; Moreno, Llamas, y Ruiz, 2006), pues se considera

que las experiencias positivas durante estas clases se convierten en mediadores de la adherencia a la práctica deportiva y, en definitiva, de la inclusión de la actividad física como un hábito saludable en el estilo de vida (Coakley y White, 1992).

Por ello, dado que no se han desarrollado trabajos que estudien estas variables en el ámbito deportivo, el objetivo principal de esta investigación es analizar las diferencias que se establecen entre el nivel de autodeterminación y la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas en función del género del deportista y cómo estas variables se relacionan con la percepción de utilidad del deporte.

Teniendo en cuenta las características de la muestra de la presente investigación, la primera hipótesis que se plantea es que los chicos van a mostrar una motivación más autodeterminada y una mayor percepción de utilidad de la práctica deportiva que las chicas. Como segunda hipótesis se postula que los niveles más altos de autodeterminación y la satisfacción de las necesidades de competencia, autonomía y relaciones sociales, van a ser los principales predictores de la percepción de utilidad del deporte para ambos géneros.

## MÉTODO

### *Participantes*

La muestra de esta investigación estaba compuesta por 1897 jugadores de baloncesto ( $n = 284$ ), balonmano ( $n = 127$ ), fútbol ( $n = 1356$ ) y voleibol ( $n = 130$ ). Los participantes eran de género masculino ( $n = 1378$ ) y femenino ( $n = 519$ ), con edades comprendidas entre 11 y los 16 años ( $M = 12,37$ ;  $DT = 1,48$ ), pertenecientes a equipos federados de la comunidad de Extremadura. Para seleccionar la muestra se utilizó el muestreo aleatorio por conglomerados.

### *Instrumentos*

*Nivel de autodeterminación.* Para valorar el nivel de autodeterminación se utilizó la versión traducida al castellano por Núñez et al. (2006) de la *Sport Motivation Scale* de Pelletier et al. (1995). Dicho instrumento consta de una frase introductoria ("Yo practico deporte..."), continuada por 28 ítems que miden los distintos motivos de práctica. Este cuestionario originalmente se dividía en 7 factores, pero en este caso, tras realizar el análisis factorial, se optó por unir los tres factores referentes a la motivación intrínseca en un único factor. De este modo, el cuestionario quedó dividido en 5 factores, de los cuales, el primero se refiere a la motivación intrínseca (12 ítems, ej.: "Por la diversión que experimento cuando practico esta actividad"). Otros 3 factores de este cuestionario están relacionados con la motivación extrínseca, dividida en regulación identificada (4 ítems, ej.: "Porque para mí es una de las mejores formas de conocer gente"), introyectada (4 ítems, ej.: "Porque me sentiría mal

si no dedicase el tiempo necesario para practicarlo”) y externa (4 ítems, ej.: “Porque me permite estar bien visto por la gente que conozco”). El último de los factores se denomina desmotivación (4 ítems, ej.: “No lo sé claramente, creo que mi sitio no está en el deporte”). Cabe señalar que este cuestionario no posee ningún factor de regulación integrada. El motivo es porque este cuestionario está orientado a jóvenes y adolescentes y este tipo de motivación se asocia con la incorporación de la actividad física como estilo de vida y, por tanto, no se puede dar hasta la etapa adulta (Deci y Ryan, 2000).

En cuanto a la consistencia interna del instrumento, se obtuvieron unos valores adecuados en el coeficiente alfa de Cronbach de 0,86 para la motivación intrínseca, de 0,60 para la regulación identificada, de 0,64 para la regulación introyectada, de 0,74 para la regulación externa y de 0,70 para la desmotivación. En el caso de los factores que han presentado una fiabilidad inferior a 0,70, como es indicado en varios estudios (Hair, Anderson, Tatham, y Black, 1998; Nunnally y Bernstein, 1995), la validez interna puede ser aceptada debido al pequeño número de ítems que componen el factor.

*Necesidades psicológicas básicas.* Para medir la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas se emplearon las aportaciones de trabajos previos (Reinboth y Duda, 2006; Sarrazin, Vallerand, Guillet, Pelletier, y Cury, 2002; Standage, Duda, y Ntoumanis, 2003), para adaptar al castellano los instrumentos utilizados y desarrollar la Escala de Mediadores Motivacionales (EMM: García-Calvo, Sánchez-Miguel, Leo, Sánchez-Oliva y Gómez, 2009a). Este instrumento consta de 18 ítems que fueron agrupados en 3 factores: autonomía (6 ítems, ej.: “Cuando practico deporte me siento libre de poder expresar mis ideas y mis opiniones”), competencia (6 ítems, ej.: “Estoy satisfecho de mi rendimiento en mi deporte”) y relaciones sociales (6 ítems, ej.: “Algunos de mis mejores amigos forman parte de este equipo”). Teniendo en cuenta que el instrumento no había sido validado previamente en población española, se realizó un Análisis Factorial Confirmatorio. Se obtuvieron unos índices de ajuste aceptables:  $\chi^2 = 309,32$ ,  $p = 0,00$ ;  $\chi^2/g.l. = 4,18$ ; CFI = 0,94; IFI = 0,93; TLI = 0,92; RMSEA = 0,05; SRMR = 0,03. En cuanto a la fiabilidad, se obtuvieron valores alfa de Cronbach de 0,76 en la necesidad de relaciones sociales, 0,79 en la competencia y 0,72 en la autonomía.

Los dos instrumentos anteriores fueron valorados en una escala tipo Likert de 5 puntos, donde 1 se correspondía con “totalmente en desacuerdo” y 5 con “totalmente de acuerdo” con la formulación de la pregunta.

*Percepción de utilidad del deporte.* Para valorar la percepción de utilidad del deporte se utilizó la adaptación de un instrumento creado por Fredericks y Eccles (2002), compuesto por 4 ítems que hacían referencia a la percepción de los jugadores sobre los beneficios de la práctica deportiva y la importancia de ésta en su estilo de vida. Los ítems empleados fueron los siguientes: “En general, ¿hasta qué punto lo que tu aprendes en tu deporte te parece útil?”; “Para ti, ¿hasta qué punto es importante ser bueno/a en tu deporte?”; “Comparado con el resto de tus actividades, ¿hasta qué punto encuentras útil

el deporte?” y, por último, “Comparado con la mayor parte de tus otras actividades, ¿hasta qué punto es para ti importante ser bueno/a en tu deporte?”. Tras analizar la consistencia interna del instrumento, se obtuvo un valor alfa de Cronbach de 0,73, lo que indica valores aceptables por encima de 0,70. Este instrumento fue respondido en una escala tipo Likert de 5 puntos, donde 1 se correspondía con “Nada” útil o importante para la persona y 5 con “Mucho”.

### *Procedimiento*

Antes de llevar a cabo la recogida de datos, se informó de los objetivos de la investigación y de la utilización de los resultados a los entrenadores, padres y deportistas. Una vez obtenidos los permisos pertinentes, se procedió a la toma de datos informando a los deportistas de que su participación era voluntaria y las respuestas serían tratadas confidencialmente. Los participantes fueron citados en los vestuarios para rellenar los cuestionarios, de manera individual y en un clima que les permitía concentrarse sin tener ningún tipo de distracción. El investigador principal estuvo siempre presente en el momento en que los sujetos completaban los cuestionarios, e insistió en la posibilidad de preguntar cualquier tipo de duda que apareciese durante el proceso.

## **RESULTADOS**

En la Tabla 1, aparecen los valores descriptivos de cada una de las variables utilizadas y la comparación de medias en función del género del deportista, utilizando la prueba T-Student para muestras independientes. En ella, se puede observar cómo las principales diferencias entre ambos géneros aparecen fundamentalmente en el tipo de motivación, destacando en todos los casos el género masculino frente al femenino. En relación a las necesidades psicológicas básicas, únicamente encontramos diferencias significativas en la necesidad de competencia siendo nuevamente el género masculino el que muestra la mayor puntuación respecto al femenino. Sin embargo, no hallamos diferencias significativas en la necesidad de relación y de autonomía entre ambos géneros al igual que ocurre con la percepción de utilidad del deporte.

Tabla 1. Descriptivos y prueba-T Student en función del género.

Variable	M	DT	$\alpha$	Masculino	Femenino	t	gl	Sig.
<i>Motivación</i>								
Intrínseca	4,09	0,72	0,86	4,13±0,70	3,96±0,77	4,42	853,06	0,00
Identificada	3,66	1,09	0,60	3,74±1,07	3,44±1,12	5,29	890,64	0,00
Introyectada	3,95	0,81	0,64	4,00±0,79	3,81±0,82	4,70	892,79	0,00
Externa	3,18	1,04	0,74	3,34±1,00	2,74±0,98	11,78	947,92	0,00
Desmotivación	1,64	0,84	0,70	1,72±0,90	1,45±0,61	7,26	1363,31	0,00
<i>Necesidades</i>								
Relación	4,09	0,66	0,76	4,10±0,68	4,07±0,60	0,77	1053,09	0,44
Competencia	3,88	0,76	0,79	3,94±0,73	3,72±0,79	5,64	869,90	0,00
Autonomía	4,19	0,65	0,72	4,18±0,66	4,20±0,61	-0,71	996,18	0,48
<i>Utilidad</i>	4,39	0,70	0,73	4,39±0,72	4,37±0,65	0,58	1013,73	0,56

Por otro lado, se decidió utilizar el análisis de regresión lineal para determinar qué variables pueden predecir la percepción de utilidad del deporte. Así, en la Tabla 2, se exponen los valores obtenidos al realizar un análisis de regresión lineal utilizando el método de introducción por pasos, tomando como variable dependiente la percepción de utilidad del deporte para el género masculino. Como se observa en los resultados, se obtuvo como predictor positivo la necesidad de relaciones sociales, con un porcentaje de varianza explicada de 16%. En el segundo paso, en el que se explica un 20% de la varianza total, aparece la motivación intrínseca como variable predictora de forma positiva, con un 4% de varianza explicada. En el tercer paso, se incluye como predictor la necesidad de autonomía, con un 2% de varianza explicada, esta variable, al igual que las anteriores predice positivamente. En el cuarto paso, se encuentra la competencia como predictor positivo de la percepción de utilidad, con un 1% de la varianza explicada. Hay que destacar que la necesidad de relaciones sociales es la única que tiene un valor de predicción aceptable, ya que las demás variables poseen una capacidad de predicción menor al 10% de varianza explicada.

**Tabla 2.** Análisis de regresión por pasos considerando como variable dependiente la percepción de utilidad del deporte para el género masculino.

Variable	$\beta$	$R^2$	$T$	$P$
Paso 1		0,16		
Relaciones sociales	0,42		16,29	0,00
Paso 2		0,20		
Relaciones sociales	0,36		13,27	0,00
Intrínseca	0,21		7,92	0,00
Paso 3		0,22		
Relaciones sociales	0,24		7,56	0,00
Intrínseca	0,17		6,38	0,00
Autonomía	0,21		6,26	0,00
Paso 4		0,23		
Relaciones sociales	0,20		6,04	0,00
Intrínseca	0,15		5,40	0,00
Autonomía	0,17		4,82	0,00
Competencia	0,13		4,34	0,00

En la Tabla 3, se exponen los principales estadísticos obtenidos al realizar un análisis de regresión lineal utilizando el método de introducción por pasos sucesivos, tomando como variable dependiente la percepción de utilidad del deporte para el género femenino. Como se observa en los resultados, la variable que predice positivamente la percepción de utilidad del deporte para el género femenino es la necesidad de autonomía, con un porcentaje de varianza explicada de 23%. En el segundo paso, donde se explica un 28% de la varianza total, aparece el sentimiento de competencia como variable predictora positivamente con un 5% de varianza explicada. En el tercer paso, se incluye como predictor positivo la motivación intrínseca, con un 1% de la varianza explicada. En el cuarto paso, aparece la desmotivación como predictor negativo, con un 2% de varianza explicada. Por último, en el quinto paso, se halla la necesidad de relaciones sociales como predictor positivo de la percepción de utilidad del deporte, con un 1% de varianza explicada. Igual que ocurría anteriormente, sólo la primera variable se considera que tiene un valor predictivo aceptable por encima del 10% de varianza explicada.



**Tabla 3.** Análisis de regresión por pasos considerando como variable dependiente la percepción de utilidad del deporte para el género femenino.

	$\beta$	$R^2$	$T$	$P$
Paso 1		0,23		
Autonomía	0,51		12,38	0,00
Paso 2		0,28		
Autonomía	0,38		8,02	0,00
Competencia	0,21		5,70	0,00
Paso 3		0,29		
Autonomía	0,33		6,82	0,00
Competencia	0,17		4,53	0,00
Intrínseca	0,13		3,72	0,00
Paso 4		0,31		
Autonomía	0,32		6,67	0,00
Competencia	0,16		4,35	0,00
Intrínseca	0,14		3,87	0,00
Desmotivación	-0,12		-3,03	0,00
Paso 5		0,32		
Autonomía	0,27		5,41	0,00
Competencia	0,13		3,45	0,00
Intrínseca	0,12		3,35	0,00
Desmotivación	-0,12		-3,00	0,00
elaciones sociales	0,13		2,57	0,01

## DISCUSIÓN

El objetivo principal de esta investigación es analizar las diferencias que se establecen entre el nivel de autodeterminación y la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas en función del género del deportista y cómo estas variables se relacionan con la percepción de utilidad del deporte.

Tras analizar los resultados, se puede observar que la primera hipótesis no se cumple, la cual enunciaba que los chicos van a mostrar una motivación más autodeterminada y una mayor percepción de utilidad de la práctica deportiva que las chicas. Los resultados muestran que los chicos poseen una mayor motivación intrínseca pero también mayor motivación extrínseca y están ligeramente más desmotivados hacia el deporte que las chicas, encontrándose las diferencias más pronunciadas en la motivación extrínseca. Resultados similares han sido hallados recientemente por Amado, Leo, Sánchez-Oliva, González, y López (2012) y por Moreno et al. (2009), quienes lo justifican como una manifestación de diferencias culturales entre ambos géneros.

Ahora bien, es necesario señalar, que las diferencias más pronunciadas aparecen en la motivación extrínseca, lo que sugiere que los hombres valoran

más los beneficios externos a la práctica deportiva tales como las recompensas, la aprobación social, el exhibicionismo, la competición, etc. En este sentido, diversos autores han encontrado que, efectivamente, en el ámbito deportivo los chicos difieren significativamente respecto a las chicas en lo que se refiere a la motivación extrínseca (Arbinaga y García, 2003; Balaguer et al., 2007; Moreno et al., 2007; Núñez et al., 2006; Recours et al., 2004).

En relación a las necesidades psicológicas básicas, sólo aparecen diferencias significativas en la necesidad de competencia, siendo el género masculino el que ve más satisfecha esta necesidad con respecto al femenino. Esto nos indica que los hombres se sienten más competentes a la hora de practicar deporte que las mujeres, lo cual puede ser debido a que se ven con más cualidades para superar cualquier reto motriz que se le plantee pues tradicionalmente las situaciones deportivas han estado más adaptadas a la capacidad de los hombres que de las mujeres. Estos resultados también han sido hallados anteriormente por varios autores (Mañano, Ninot, y Bilard, 2004; Moreno y Cervelló, 2005; Moreno et al., 2009; Moreno, López de San Román, Martínez-Galindo, Alonso-Villodre, y González-Cutre, 2007).

Continuando con la segunda hipótesis, que planteaba que la motivación autodeterminada y la satisfacción de las necesidades psicológicas iban a ser los principales predictores de la percepción de utilidad del deporte para ambos géneros, ésta puede ser confirmada. Los resultados muestran que las variables que mejor predicen la percepción de utilidad tanto en el género masculino como en el femenino, son la motivación intrínseca y las necesidades de competencia, autonomía y relaciones sociales. Pero para el género masculino la variable que más predice la percepción de utilidad del deporte es la satisfacción de la necesidad de relaciones sociales mientras que para el género femenino es la autonomía la mejor predictora. Con esto se pone de manifiesto la importancia de la satisfacción de estas necesidades para apreciar el deporte como algo útil, lo que puede conducir a consecuencias positivas como la intención de persistencia de los jóvenes.

En cuanto a las limitaciones del trabajo, cabe señalar que la muestra utilizada comprende un número más elevado de deportistas de género masculino que femenino, lo que puede incidir sobre los resultados, pero esto se corresponde con la cifra real de mujeres que poseen ficha federativa en las modalidades deportivas contempladas. Además, el carácter transversal y correlacional del estudio impide establecer relaciones causales.

La principal conclusión que se puede extraer del estudio es la necesidad de favorecer la motivación intrínseca en la población en edad escolar, llevando a cabo trabajos de intervención en centros escolares y deportivos basados en el desarrollo de programas de formación con los entrenadores, profesores, padres, estudiantes y deportistas, como los que se están desarrollando en la comunidad autónoma de Extremadura (García-Calvo, Sánchez-Miguel, Leo, Sánchez-Oliva, y Gómez, 2009b), para que comprendan la importancia que tiene una motivación adecuada para la consideración del deporte como algo útil

y beneficioso en su vida, estableciendo un compromiso con esta actividad que le ayudará a mantener un estilo de vida saludable. Asimismo, es de suma importancia incidir sobre la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas utilizando diferentes estrategias que han sido empleadas anteriormente en el ámbito deportivo (Moreno y Cervelló, 2010), donde se establecen una serie de recomendaciones para satisfacer las necesidades de competencia, autonomía y relaciones sociales.

También sería interesante estudiar los antecedentes motivacionales y la incidencia de los otros significativos en la percepción que tienen los jóvenes deportistas sobre la utilidad de la práctica deportiva, con el fin de desarrollar un análisis más profundo de las variables que nos pueden llevar a conocer las causas del compromiso deportivo.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abarca-Sos, A., Zaragoza Casterad, J., Generelo Lanaspá, E., y Julián Clemente, J. A. (2010). Comportamientos sedentarios y patrones de actividad física en adolescentes. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 10(39), 410-427.
- Alvariñas, M., Fernández-Villarino, M. A., y López-Villar, C. (2009). Actividad física y percepciones sobre deporte y género. *Revista de Investigación en Educación*, 6, 113-122.
- Amado, D., Leo, F. M., Sánchez-Oliva, D., González, I., y López, J. M. (2012). ¿Es compatible el deporte en edad escolar con otros roles sociales? Un estudio a través de la Teoría de la Autodeterminación. *Retos. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 21, 50-52.
- Amorose, A. J., y Horn, T. (2000). Intrinsic Motivation: Relationships with collegiate athletes' gender, scholarship status, and perceptions of their coaches' behavior. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 22, 63-84.
- Arbinaga, F., y García, J. M. (2003). Motivación para el entrenamiento con pesas en gimnasios: un estudio piloto. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 9.
- Balaguer, I., Castillo, I., y Duda, J. L. (2007). Propiedades psicométricas de la escala de motivación deportiva en deportistas españoles. *Revista Mexicana de Psicología*, 24(2), 197-207.
- Boiché, J., y Sarrazin, P. (2007). Motivation autodéterminée, perceptions de conflit et d'instrumentalité et assiduité envers la pratique d'une activité physique: une étude prospective sur six mois. *Psychologie française*, 52, 417-430.
- Chen, A. (2001). A theoretical conceptualization for motivation research in physical education: An integrated perspective. *Quest*, 53, 35-58.
- Coakley, J., y White, A. (1992). Making decisions: gender and sport participation among British adolescents. *Sociology of Sport Journal*, 9(1), 20-35.

- Deci, E. L., y Ryan, R. M. (2000). The “what” and the “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11, 227–268.
- Douthitt, V. L. (1994). Psychological determinants for adolescent exercise adherence. *Adolescence*, 115, 711-722.
- Fredericks, J. A., y Eccles, J. S. (2002). Children’s competence and value beliefs from childhood through adolescence: Growth trajectories in two male-sex-typed domains. *Developmental Psychology*, 38, 519-533.
- García-Calvo, T., Sánchez-Miguel, P. A., Leo, F. M., Sánchez-Oliva, D., y Gómez, F. R. (2009a). *Análisis psicométrico de la Escala de Mediadores Motivacionales (EMM)*. Manuscrito inédito.
- García-Calvo, T., Sánchez-Miguel, P. A., Leo, F. M., Sánchez-Oliva, D., y Gómez, F. R. (2009b). *Escuela del Deporte: Una Campaña para la promoción de los valores del deporte*. Consejería de los Jóvenes y el Deporte. Junta de Extremadura.
- González, A., Donolo, D., Rinaudo, C., y Paoloni, V. (2011). Relaciones entre motivación, emoción y rendimiento académico en universitarios. *Estudios de psicología*, 32(2), 257-270.
- Hair, J. F., Anderson, R. E., Tatham, R. L., y Black, W. C. (1998). *Multivariate data analysis*. New Jersey: Prentice-Hall.
- Jaffee, L., y Ricker, S. (1993). Physical activity and self-esteem in girls: The teen years. Melpomene. *A Journal for Women’s Health Research*, 12, 19-26.
- Kim, B. J., y Gill, D. L. (1997). A cross-cultural extension of goal perspective theory to Korean youth sport. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 19, 142-155.
- Maïano, C., Ninot, G., y Bilard, J. (2004). Age and gender effects on global self-esteem and physical self-perception in adolescents. *European Physical Education Review*, 10, 53-69.
- Moreno, J. A., Cano, F., González-Cutre, D., Cervelló, E., y Ruiz, L. M. (2009). Flow disposicional en salvamento deportivo: Una aproximación desde la teoría de la autodeterminación. *Revista de Psicología del Deporte*, 18, 23-35.
- Moreno, J. A., y Cervelló, E. (2005). Physical self-perception in Spanish adolescents: effects of gender and involvement in physical activity. *Journal of Human Movement Studies*, 48, 291-311.
- Moreno, J. A., y Cervelló, E. (2010). *Motivación en la actividad física y el deporte*. Sevilla: Wanceulen.
- Moreno, J. A., Cervelló, E., y González-Cutre, D. (2007). Young athletes’ motivational profiles. *Journal of Sports Science and Medicine*, 6, 172-179.
- Moreno, J. A., González-Cutre, 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.
- Moreno, J. A., y Hellín, P. (2002). ¿Es importante la Educación física? Su valoración según la edad del alumno. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 8, 1577-0354.

- Moreno, J. A., López de San Román, M., Martínez-Galindo, C., Alonso-Villodre, N., y González-Cutre, D. (2007). Efectos del género, la edad y la frecuencia de práctica en la motivación y disfrute del ejercicio físico. *Fitness and Performance Journal*, 6(3), 140-146.
- Moreno, J. A., y Llamas, L. S. (2007). Predicción de la importancia concedida a la educación física según el clima motivacional y la motivación autodeterminada en estudiantes adolescentes. *Enseñanza*, 25, 137-155.
- Moreno, J. A., Llamas, L. S., y Ruiz, L. M. (2006). Perfiles motivacionales y su relación con la importancia concedida a la Educación Física. *Psicología Educativa*, 12, 49-63.
- Nunnally, J. C., y Bernstein, I. H. (1994). *Psychometric Theory*. New York: McGraw-Hill.
- Núñez, J. L., Martín-Albo, J., Navarro, J. G., y González, V. M. (2006). Preliminary validation of a Spanish version of the Sport Motivation Scale. *Perceptual and Motor Skills*, 102, 919-930.
- Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., Tuson, K. M., Brière, N. M., y Blais, M. R. (1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The Sport Motivation Scale (SMS). *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17, 335-353.
- Recours, R. A., Souville, M., y Griffet, J. (2004). Expressed motives for informal and club/association-based sports participation. *Journal of Leisure Research*, 36, 1- 22.
- Reinboth, M., y Duda, J. L. (2006). Perceived motivational climate, need satisfaction and indices of well-being in team sports: A longitudinal perspective. *Psychology of Sport and Exercise*, 7(3), 269-286.
- Ruiz-Juan, F., y Zarauz, A. (2011). Validación de la Versión Española de la Commitment to Running Scale (CR). *Estudios de Psicología*, 32(2), 195-207.
- Sarrazin, P., Vallerand, R., Guillet, E., Pelletier, L., y Cury, F. (2002). Motivation and dropout in female handballers: A 21-month prospective study. *European Journal of Social Psychology*, 32, 395-418.
- Standage, M., Duda, J. L., y Ntoumanis, N. (2003). Predicting motivational regulations in physical education: The interplay between dispositional goal orientations, motivational climate and perceived competence. *Journal of Sports Sciences*, 21, 631-647.
- Taylor, I. M., Ntoumanis, N., Standage, M., y Spray, C. M. (2010). Motivational predictors of physical education students' effort, exercise intentions, and leisure-time physical activity and general physical self-concept in physical education: A multilevel linear growth analysis. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 32, 99-120.
- Treasure, D. C., y Roberts, G. C. (2001). Students' perceptions of the motivational climate, achievement beliefs and satisfaction in physical education. *Research Quarterly of Exercise and Sport*, 72, 165-175.
- Ullrich-French, S., y Smith, A.L. (2009). Social and motivational predictors of continued youth sport participation. *Psychology of Sport and Exercise*, 10, 87-95.

**Referencias totales / Total references: 40 (100%)**

**Referencias propias de la revista / Journal's own references: 3 (7,5%)**