

Evaluación de la motivación en adolescentes que practican deportes en edad escolar

Evaluation of motivation in teenagers who practice sports in school age

*Enrique Fradejas Medrano, **María Espada Mateos

*IES Ojos del Guadiana (España), ** Universidad Politécnica de Madrid (España)

Resumen. Este estudio analiza el estado de motivación en el deporte en edad escolar, en función del género, edad, modalidad deportiva y tipo de deporte (individual-colectivo). La investigación sigue una metodología cuantitativa de corte descriptivo, a través de la encuesta. El tamaño de la muestra es de 816 personas (411 hombres y 405 mujeres) (50.4% varones y 49.6% mujeres) entre 12 y 18 años, que practican diferentes deportes individuales y colectivos en Castilla-La Mancha. El cuestionario utilizado fue el de Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD). Los resultados no mostraron diferencias estadísticamente significativas de motivación en relación con el género y la edad. Sin embargo, si aparecieron diferencias significativas de motivación en relación con el tipo de deporte, ya que los/las deportistas que practican deportes colectivos mostraron mayores niveles de motivación con respecto a los/las deportistas que practican deportes individuales. Los resultados mostraron que la motivación se relaciona estadísticamente con todas las otras dimensiones, teniendo ésta una dirección positiva, es decir a mayor nivel de motivación obtenido por el/la deportista, tendería a poseer mayores niveles de las otras dimensiones. Esta conclusión lleva a pensar que el trabajo de la motivación en los/las deportistas es relevante para la consecución de las metas y de los objetivos que se proponen.

Palabras clave: Motivación, género, edad, tipo de deporte, deporte escolar.

Abstract. This study analyses motivation in sport in school age by gender, age, sports discipline, and type of sport (individual-team). Research methodology is descriptive, based on a quantitative design employing a questionnaire. The sample is composed by 816 individuals (411 males and 405 females) (50.4% males and 49.6% females) aged between 12 and 18, who practice different individual and team sports in the Spanish region of Castilla-La Mancha. The questionnaire applied is the «Psychological Characteristics related to Sporting Performance» (CPRD). Results did not show statistically significant differences in relation to gender, age and sports discipline. Nevertheless, our findings showed statistically significant differences in relation to type of sport, as sportsmen/sportswomen who play team sports showed higher levels of motivation compared to sportsmen/sportswomen who participate in individual sports. The outcomes showed that motivation is statistically and positively correlated with all the other dimensions, which means that sportsmen/sportswomen's higher level of motivation is associated with a tendency to possess higher levels of the other dimensions. This conclusion may entail that promoting motivation in sportsmen/sportswomen is essential for the attainment of goals and objectives that athletes set for themselves.

Keywords: Motivation, gender, school age, type of sport, school sports.

Introducción

Una de las principales ventajas que presenta el deporte en edad escolar, tanto en niños, como en adolescentes y jóvenes, es sin duda, el interés inicial que el mismo genera, debido a múltiples razones, tales como: la actividad física y lúdica es muy gratificante en estas edades, generándose adherencia y compromiso hacia la práctica físico-deportiva en el tiempo libre; la interacción que se produce con otros compañeros de la misma edad es un aspecto muy valioso; el elemento competitivo que proporciona el deporte, ya que a muchos niños les gusta competir y el deporte les proporciona esta oportunidad; y también, el hecho de que lo practiquen deportistas profesionales, al ser estos modelos sociales los que los jóvenes admiran y tienden a imitar (Buceta, 2004; Gutiérrez, Tomás & Calatayud, 2017; Moreno-Murcia, Borges-Silva, Marcos-Pardo, Sierra-Rodríguez & Huéscar-Hernández, 2012; Ruiz-Juan & Baena-Extremera, 2015).

Ahora bien, tal y como señala Cruz (2014) este interés inicial no durará siempre, ya que la motivación de los jóvenes deportistas puede fluctuar, a veces considerablemente, a lo largo de la temporada, y sólo se mantendrá, si la experiencia de hacer deporte resulta estimulante y gratificante; es más, se debilitará drásticamente, si practicar deporte es, sobre todo, muy estresante.

El entrenador/educador debe aprovechar pues este interés inicial de los jóvenes deportistas hacia el deporte, para habituarles a la práctica deportiva, favoreciendo así, su desarrollo físico, deportivo y humano. Además, en este ámbito, los profesionales que trabajan con niños y adolescentes deben tener una comprensión profunda de los factores motivacionales que dirigen la conducta y de los procedimientos y estrategias necesarios para crear un clima adecuado y positivo para aumentar la efectividad en el propio individuo y en el grupo, transmitiendo valores y hábitos saludables a través del reforzamiento de su autonomía, competencia y relaciones sociales (Cantalops, Ponseti, Vidal, Antoni & Palou, 2012; Carrasco, Chiroso, Martín, Cajas & Reigal, 2015; Moreno,

Sicilia, Sáenz-López, González-Cutre, Almagro & Conde, 2014).

En cuanto al concepto de motivación, Candela, Zucchetti y Villosio (2014) relacionan la motivación con un constructo hipotético que describe las fuerzas internas y/o externas que producen la iniciación, dirección, intensidad y persistencia de la conducta. En esta misma línea, Escartí y Cervelló (1994) entienden la motivación como un conjunto de factores de tipo personal, social y ambiental (Sallis, Simons-Morton, Stone, Corbin, Epstein & Taylor, 1992; Vallerand & Thill, 1993) que, en interacción, determinan la elección de una actividad deportiva u otra, la intensidad con que se practica, la persistencia en la misma y el rendimiento ofrecido. Según esta definición, la motivación estaría formada por dos tipos de componentes: a) de energía o intensidad del impulso (se refiere al motivo por el cual las personas invierten tiempo y energía en una determinada actividad); b) de direccionalidad (indica porqué las personas se orientan a un objetivo u otro).

En relación a los factores personales predictores para la práctica de ejercicio físico y deporte en los jóvenes deportistas destacan: la percepción de competencia física o deportiva, la salud percibida y la forma física percibida (Moreno, Cervelló & González-Cutre, 2007). En relación a los factores sociales predictores para la práctica de ejercicio físico y deporte en los jóvenes deportistas destacan: los padres, hermanos, amigos, educadores y entrenadores, que juegan un papel fundamental (Nuviola, Ruíz & García, 2003; Sallis, Prochaska & Taylor, 2000; Van Der Horst, Paw, Twisk & Van Mechelen, 2007). Varias investigaciones han concluido que los niños y los adolescentes son más propensos a ser físicamente activos cuando sus familiares y/o amigos participan en actividades físico-deportivas de forma regular (Piéron, 2002; Van Der Horst, et al., 2007; Wuerth, Lee & Alfermann, 2004), les impulsan a practicar (Biddle & Goudas, 1996) o incluso cuando practican deporte con ellos (Shoopshire & Carroll, 1997). Otros factores sociales son la diversión, la mejora de las relaciones sociales (especialmente de las amistades), la frecuencia semanal de estar con los amigos después del colegio (Wold, 1995), y el hecho de llevar a un niño al club deportivo, de hacerlo socio y apoyarlo (Romero, Garrido & Zagalaz, 2009). Por último, en relación a los factores ambientales, el acceso a instalaciones deportivas ha sido correlacionado positivamente con la práctica de

ejercicio físico de los jóvenes de todas las edades (García-Ferrando, 2006b; Zakarian, Hovell, Hofstetter, Sallis & Keating, 1994).

Uno de los principales intereses del estudio es que aborda otra tipología de motivación (básica-competitiva y/o cotidiana-específica) diferente a la mayoría de los estudios previos existentes (centrados en la motivación intrínseca-extrínseca y/o motivación de ego-tarea). Por tanto, aporta a los resultados de otros estudios, otras posibilidades de análisis de la dimensión motivación, pudiendo complementar a otros estudios previos. Además, se determinan posibles correlaciones entre la motivación y el resto de dimensiones psicológicas que influyen en el rendimiento del deportista (control del estrés, influencia de la evaluación del rendimiento, habilidad mental y cohesión de equipo).

De esta forma, expertos en la materia como Buceta (1996), Moreno y Cervelló (2010), coinciden en la importancia de distinguir entre la motivación básica-competitiva de los deportistas (su interés por la actividad, sus objetivos fundamentales, los beneficios que consideran atractivos, el coste que están dispuestos a pagar, la relación entre beneficios y costes, otros intereses en su vida, su grado de compromiso, etc.) y la motivación cotidiana-específica (interés y gratificación en cada entrenamiento, competición u otra actividad diaria). Por ejemplo, un joven deportista que esté dispuesto a entrenar todos los días tres horas, porque tiene el objetivo ambicioso de ser profesional en el futuro, tendrá en principio una motivación básica-competitiva elevada. Si además disfruta y aprende en los entrenamientos y/o competiciones, su motivación cotidiana-específica respecto a los entrenamientos y/o competiciones también será alta.

Ambos tipos de motivación, están relacionados y se complementan entre sí. Una dosis elevada de motivación básica-competitiva, propicia una buena disposición de los deportistas hacia la actividad, y facilita, por tanto, que pueda desarrollarse la motivación cotidiana-específica. Además, cuando se atraviesa por momentos críticos para la motivación básica-competitiva, una buena dosis de motivación cotidiana-específica puede ayudar a los deportistas a superar estos momentos. Y, al contrario, cuando las circunstancias de la actividad diaria no propician que la motivación cotidiana-específica sea alta, es más probable que los deportistas continúen esforzándose al máximo, si su motivación básica-competitiva es elevada (Buceta, 1996).

La motivación básica-competitiva, tal y como se ha enunciado, se refiere a la base estable de motivación que determina el compromiso del deportista con su actividad. En el deporte de competición, tiene que ver con el interés y ambición de los deportistas por los resultados deportivos, su rendimiento personal y/o las consecuencias beneficiosas de ambos. Además, la mayoría de los estudios relacionados con la motivación en el deporte en edad escolar se han apoyado en la teoría de la Autodeterminación (Balaguer, Castillo & Duda, 2008; Moreno, Cano, González-Cutre, Cervelló & Ruíz, 2009; Ryan & Deci, 2000) y en la teoría de las Metas de Logro (Nicholls, 1989). En base a la teoría de la Autodeterminación (Deci & Ryan, 1985; Ryan & Deci, 2000), se puede hablar de sujetos intrínsecamente motivados (aquellos que participan por la satisfacción que les genera la propia actividad deportiva), sujetos extrínsecamente motivados (cuando su compromiso en la actividad se fundamenta en razones externas a la propia actividad deportiva) y sujetos desmotivados (caracterizados por la falta de interés hacia la práctica deportiva y por sentimientos de frustración). A su vez, Ryan y Deci (2000) recogen diferentes subtipos de motivación extrínseca. Así, el sujeto puede considerar que la actividad es importante pero no placentera (regulación identificada), puede practicar por sentimientos de culpabilidad (regulación introyectada) o, simplemente, por presiones externas (regulación externa). En base a la teoría de las Metas de Logro, el clima motivacional fue definido por Ames (1995) como un conjunto de señales implícitas y explícitas que los deportistas perciben de su entorno, a través de las cuales se definen las claves de éxito y fracaso. Así, se distingue entre clima motivacional de implicación a la tarea y clima motivacional de implicación al ego. En el clima motivacional de implicación a la tarea, se valora y fomenta el esfuerzo, la mejora individual, la cooperación, los errores forman parte del aprendizaje, se desarrolla una motivación más intrínseca, se genera una menor ansiedad,

mayor confianza, mayor autoestima, mayor aporte a nivel psicológico, social y emocional, favoreciendo además, el rendimiento de los jóvenes deportistas, la continuidad de la experiencia deportiva y por lo tanto, un futuro estilo de vida más activo (Jaakkola, Ntoumanis & Liukkonen, 2016; Torregrosa, Viladrich, Ramis, Azócar, Latinjak & Cruz, 2011). En el clima motivacional de implicación al ego, se valora únicamente el resultado, se castigan los errores, se promueve la comparación social y la rivalidad en el equipo, se desarrolla una motivación más extrínseca, se genera menor bienestar psicológico, mayor ansiedad y menor satisfacción con el ambiente deportivo (Balaguer, Duda & Crespo, 1999).

En el deporte en edad escolar se debe priorizar la motivación intrínseca (para conseguir que la práctica del deporte se consolide como hábito y proporcione beneficios físicos y psicológicos a los jóvenes) y el clima motivacional de implicación a la tarea (adquiere una gran importancia como elemento educativo y preventivo). Paralelamente, se debe complementar con la motivación extrínseca (en algunos casos, la presencia de reconocimiento social y gratificaciones constituye un elemento esencial para que el joven deportista rinda) y el clima motivacional de implicación al ego (no se debe renunciar a la competición contra otros deportistas) (Aspano, Lobato, Leyton, Batista & Jiménez, 2016; Franco, Coterón, Gómez, Brito & Martínez-González, 2017; León, Núñez, Domínguez & Martín-Albo, 2013; Moreno & Cervelló, 2010; Sevil, Aibar, Abós & García-González, 2017).

Por otro lado, numerosos estudios han corroborado que la figura del entrenador/educador es la que ejerce una mayor influencia en aspectos psicológicos determinantes para la calidad de la experiencia deportiva de los jóvenes, como el interés por la práctica deportiva, la orientación motivacional de los deportistas, la habilidad percibida, la ansiedad, el compromiso y la diversión (Boixadós, Cruz, Torregrosa & Valiente, 2004; Cervelló, Escartí & Guzmán, 2007; Sevil et al., 2017; Smith, Smoll & Cumming, 2009; Torregrosa, Sousa, Viladrich, Villamarín & Cruz, 2008).

El objetivo general de este trabajo es evaluar el nivel de motivación en alumnos/as de entre 12 y 18 años que practican deporte escolar.

Los objetivos específicos de este estudio, se pueden concretar en los siguientes:

- Determinar el nivel de motivación en ambos géneros.
- Investigar el nivel de motivación en función de la edad.
- Analizar el nivel de motivación según el tipo de deporte practicado
- Establecer las correlaciones que la motivación pueda tener con el control de estrés, influencia de la evaluación del rendimiento, cohesión de equipo y habilidad mental.

La hipótesis del presente trabajo sería que existen relaciones estadísticamente significativas entre la motivación y el género, la edad y el tipo de deporte practicado. Además, se plantea la hipótesis de que existen relaciones significativas entre la motivación y el control de estrés, la influencia de la evaluación del rendimiento, la cohesión de equipo y la habilidad mental.

Método

La investigación siguió una metodología cuantitativa de corte descriptivo (Alvira, 2002). En el desarrollo de la metodología, los procedimientos que se siguieron fueron los propios de la encuesta, ya que se realizó la aplicación de un procedimiento estandarizado de recogida de la información mediante preguntas sobre la muestra de la población estudiada (Lussier & Kimball, 2008).

Participantes

Para estimar el universo general del estudio se utilizaron listados indirectos, que posibilitan la utilización de unidades de la muestra, debido a la inexistencia de un censo específico de personas entre 12 y 18 años que practiquen deporte escolar en algún club y/o escuela deportiva de Castilla-La Mancha. Tal y como expone Martínez del Castillo (1991), es necesario la utilización de listados indirectos para establecer el universo de trabajo para dicha población de estudios ya que, la identificación y localización de las unidades de las que se obtiene la información es

muy compleja. Los listados utilizados en esta investigación fueron los siguientes:

Listado según edad y género en cada una de las cinco provincias de la Comunidad Autónoma de Castilla-La Mancha (Instituto Nacional de Estadística, uno de julio de 2013).

Listado de municipios y población de la Comunidad Autónoma de Castilla-La Mancha (Instituto Nacional de Estadística, uno de enero de 2012).

A partir de estos listados y de los valores obtenidos, se sumaron, aproximadamente, un total de 147166 personas que constituyen el total de la población objeto de estudio.

La muestra registró las siguientes características: Se administró el cuestionario a 816 deportistas (411 hombres y 405 mujeres) (50.4% hombres y 49.6% mujeres) entre 12 y 18 años (272 deportistas de 12 y 13 años, 272 deportistas de 14 y 15 años y 272 deportistas de 16 a 18 años) pertenecientes a clubes y/o escuelas deportivas de Castilla-La Mancha. Para el cálculo del tamaño de la muestra se consideraron varios aspectos: la población era infinita; se recurrió en la varianza poblacional al supuesto más desfavorable donde «P» y «Q» eran iguales con el 50% cada uno; el intervalo de confianza era del 95.5%, con un margen de error de $\pm 3.55\%$.

La afijación de la muestra fue proporcional a la distribución de las personas según tamaño demográfico de los municipios y según la situación geográfica de las diferentes provincias de Castilla-La Mancha. Además, se realizaron diversos sub-muestreos para dispersar la muestra y que influyese de forma positiva en la precisión de las estimaciones (Rodríguez Osuna, 2002).

Asimismo, se decidió entrevistar como máximo a dos equipos objeto de estudio en cada club y/o escuela deportiva. Al realizar este procedimiento, se dispersó la muestra e influyó positivamente en la precisión de las estimaciones, disminuyéndose además el error muestral (Cea D'Ancona, 2001; Rodríguez Osuna, 1991).

El tipo de muestreo utilizado fue el muestreo aleatorio por conglomerados, dentro del cual se utilizó un muestreo polietápico, estratificado en primera fase por conglomerados, ya que se siguió una secuencia de etapas (aplicándose un muestreo aleatorio en cada una de las etapas) de selección de unidades muestrales (conglomerados) de mayor a menor rango, hasta llegar a los individuos constituyentes de la muestra (Arnal, Del Rincón & Latorre, 1992; Cea D'Ancona, 2001; Rodríguez Osuna, 2002).

Instrumentos

El instrumento utilizado en el estudio fue el cuestionario Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD) de Gimeno, Buceta y Pérez-Llantada (1994). Estos autores lo crearon con el fin de disponer de una herramienta similar en el contexto de deportistas españoles, al cuestionario *Psychological Skills Inventory for Sports* (PSIS) de Mahoney, Gabriel y Perkins (1987). Dicho instrumento se compone de 55 ítems agrupados en 5 dimensiones: motivación; control de estrés; influencia de la evaluación del rendimiento; cohesión de equipo y habilidad mental. Presenta una alta consistencia interna ($\alpha = .85$), valor superior a .70 propuesto por Nunnally (1978). Además, dicho instrumento ha sido y continúa siendo empleado en numerosas investigaciones.

El cuestionario CPRD conserva el formato de respuesta tipo Likert de cinco puntos del cuestionario PSIS, pero con la inclusión de una opción de respuesta adicional para aquellos casos en los que el deportista «no entiende el ítem», con el fin de evitar respuestas «en blanco» o en la posición central. Los ítems incluyen contenidos relacionados con las principales variables psicológicas relacionadas con el rendimiento, constituyendo una herramienta útil para fortalecer los elementos psicológicos en la formación deportiva. Consta de preguntas cerradas y categorizadas, donde el orden de las mismas es inflexible. Además, algunas de ellas son de control (para comprobar la congruencia y sinceridad de las respuestas del entrevistado) y otras de batería (conjunto de preguntas sobre la misma cuestión que se complementan). Para el adecuado desarrollo del presente trabajo, se profundizó en la dimensión

motivación. Ocho son los ítems que abordan la motivación (4, 29, 31, 33, 39, 49, 52 y 55). Cinco ítems se refieren a la motivación básica-competitiva (29, 31, 39, 52 y 55) y tres a la motivación cotidiana-específica (4, 33 y 49). En cuanto a los ítems relacionados con la motivación básica-competitiva, dos de ellos, 29 («en este momento, lo más importante en mi vida es hacerlo bien en mi deporte») y 31 («mi deporte es toda mi vida»), deben ser interpretados con mucha cautela, sobre todo el ítem 31. Aunque la respuesta «totalmente de acuerdo» aporta a estos dos ítems la puntuación más alta, implicando una motivación más elevada, se ha observado que muchos deportistas con una motivación básica-competitiva elevada comprobada mediante otros procedimientos, contestan a estos ítems en sentido contrario o con la opción intermedia. El ítem 39 («no merece la pena dedicar tanto tiempo y esfuerzo como yo le dedico al deporte») es un buen indicador de la motivación básica-competitiva. El ítem 55 («estoy dispuesto a cualquier esfuerzo por ser cada vez mejor»), refleja mejor que los anteriores el nivel de motivación básica-competitiva de los deportistas. Así, puntuaciones bajas en los ítems 29 y 31, pero altas en el 39 y 55, sugerirían la presencia de una motivación básica-competitiva en general apropiada para muchos deportistas, siendo necesario explorar el porqué de esas puntuaciones bajas en la entrevista individual. Por su parte, cuando se encuentran puntuaciones altas en los cuatro ítems, habrá que estar alerta para ver si existe un problema de sinceridad (para detectarlo, se tendrá en cuenta la consistencia de las respuestas en una serie de pares de ítems destacados, entre ellos el 33 y 55; y el 29 y 31; otro elemento sería observar la «rigidez-flexibilidad» en el conjunto de respuestas del cuestionario). Por supuesto, en el caso (minoritario pero posible) de deportistas con puntuaciones altas en los ítems 29 y 31, pero bajas en los ítems 39 y 55, habrá que entender que se trata de personas con un grave problema de motivación básica-competitiva y, seguramente, una enorme frustración.

Procedimiento

Tras obtener la aprobación de colaboración por parte de los entrenadores y/o presidentes de los clubes y escuelas deportivas participantes en el estudio, así como el consentimiento informado por escrito de los padres de los jóvenes deportistas, los cuestionarios fueron respondidos por los jóvenes deportistas de forma colectiva y anónima en la instalación deportiva. Los investigadores estuvieron presentes durante la administración de las pruebas para aclarar posibles dudas y verificar la cumplimentación independiente por parte de los participantes.

Análisis Estadístico

Para realizar el análisis estadístico se recurrió al programa SPSS v.20.0 (SPSS Inc., EEUU). Se utilizaron pruebas de estadística descriptiva e inferencial. En la estadística descriptiva, se realizó un análisis bivariable mediante tablas de frecuencia relativas (porcentajes). Además, se hallaron datos estadísticos de frecuencia tales como: media y desviaciones típicas. En la estadística inferencial, para comprobar la normalidad de las distribuciones, se utilizó el test de *Kolmogorov-Smirnov*. En las variables que cumplían una distribución normal, como prueba inferencial se utilizó la prueba *t de student* para muestras independientes y ANOVA de un factor con el fin de analizar la relación existente entre las variables. Asimismo, se utilizó el test de *Levene* para evaluar la homogeneidad de las varianzas, usando el criterio estadístico de significación de $p < .05$. Finalmente, para determinar posibles correlaciones entre la motivación y otras dimensiones psicológicas del cuestionario presentes en el deporte escolar, se aplicó la prueba de correlaciones de *Pearson* ($p < .01$).

Resultados

En la Tabla 1 se muestra la motivación, en relación con el género. En un primer momento, se hallaron diferencias de Media entre ambos géneros, apreciándose mayores puntuaciones en las mujeres (Tabla 1). Una vez explorado y asumido que se cumple el criterio de Normalidad de Kolmogorov-Smirnov para muestras grandes (> 100 individuos), se

Tabla 1

	Estadísticos de grupo				Error típ. de la media
	Género	N	Media	Desviación típ.	
Motivación	Masculino	411	3,6852	,66370	,03282
	Femenino	405	3,7614	,63340	,03151

Tabla 2

	Prueba de Levene para la igualdad de varianzas				Prueba T para la igualdad de medias				
	F	Sig.	t	gl	Sig.	Diferencia medias	Error típ.	95% Intervalo de confianza Inferior Superior	
Varianzas iguales	,562	,454	-1,675	811	,094	-.07624	,04551	-.16557	,01309
Varianzas no iguales			-1,676	810,042	,094	-.07624	,04550	-.16555	,01307

Tabla 3

	ANOVA de un factor					
		Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
Edad	Inter-grupos	25,115	29	,866	1,312	,127
	Intra-grupos	516,880	783	,660		
	Total	541,995	812			

Tabla 4

	Estadísticos de grupo				Error típ. de la media
	Tipo de deporte	N	Media	Desviación típ.	
Motivación	Individuales	407	3,6485	,66020	,03281
	Colectivos	409	3,7972	,63090	,03123

Tabla 5

	Prueba de Levene para la igualdad de varianzas				Prueba T para la igualdad de medias				
	F	Sig.	t	gl	Sig.	Diferencia medias	Error típ.	95% Intervalo de confianza Inferior Superior	
Varianzas iguales	,643	,423	-3,284	811	,001	-.14872	,04529	-.23762	-.05983
Varianzas no iguales			-3,283	808,749	,001	-.14872	,04530	-.23764	-.05981

Tabla 6

Tabla de correlaciones de las dimensiones psicológicas del CPRD						
	Motivación	Control del estrés	Inf. Eval. Rend.	Hab. Mental	Cohesión	
Motivación	Correlación de Pearson	1	,412**	,239**	,337**	,284**
	Sig. (bilateral)		,000	,000	,000	,000
Control del estrés	Correlación de Pearson	,412**	1	,684**	,219**	,004
	Sig. (bilateral)	,000	,000	,000	,000	,901
Inf. Eval. Rend.	Correlación de Pearson	,239**	,684**	1	,043	-.101**
	Sig. (bilateral)	,000	,000	,000	,224	,004
Hab. Mental	Correlación de Pearson	,337**	,219**	,043	1	,265**
	Sig. (bilateral)	,000	,000	,224	,000	,000
Cohesión	Correlación de Pearson	,284**	-.101**	,265**	,265**	1
	Sig. (bilateral)	,000	,901	,004	,000	,000
	N	813	802	807	804	816

** La correlación es significativa al nivel .01 (bilateral).

procedió a realizar la prueba de Levene o prueba de homogeneidad de varianzas, en el que no se apreciaron diferencias estadísticamente significativas entre varianzas. Por último, se procedió a realizar la Prueba t para muestras independientes, que no mostró diferencias estadísticamente significativas entre ambos géneros, $t(811) = -1,67, p = .09$ (Tabla 2).

En cuanto a la motivación en relación con la edad, no aparecieron diferencias estadísticamente significativas, $F(29,783) = 1,31, p = .12$ (Tabla 3).

Al analizar la motivación según el tipo de deporte practicado (individual-colectivo), en un primer momento se observa que hay diferencias de Media, con puntuaciones superiores en deportistas que practican deportes colectivos (Tabla 4). Posteriormente, se procedió a realizar la Prueba t para muestras independientes, que mostró como no se asumieron varianzas iguales, $t(808,74) = -3,28, p = .001$ (Tabla 5).

Los resultados indicaron diferencias estadísticamente significativas, ya que los/las deportistas que practican deportes colectivos (baloncesto, balonmano fútbol, fútbol sala y voleibol) mostraron mayores niveles de motivación, con respecto a los/las deportistas que practican deportes individuales (atletismo, gimnasia rítmica, judo, natación y tenis).

Para determinar las posibles correlaciones de la dimensión motivación con las otras dimensiones psicológicas que analiza el cuestionario CPRD, se aplicó la prueba de correlaciones de Pearson. Los resultados mostraron que la motivación se relaciona estadísticamente con todas las otras dimensiones, teniendo ésta una dirección positiva, es decir a ma-

yor nivel de motivación obtenido por el/la deportista, tendería a poseer mayores niveles de las otras dimensiones (Tabla 6).

Relaciones entre las dimensiones psicológicas

a) Control del estrés y Motivación: Se plantea una relación estadísticamente significativa entre ambas variables, esta es una relación moderada y positiva, donde a mayores niveles de control de estrés, se encuentran mayores niveles de motivación entre los deportistas ($r = .412; p = .000$).

b) Influencia de la evaluación del rendimiento y Motivación: Se plantea una relación estadísticamente significativa entre ambas variables, esta es una relación baja y positiva, donde a mayores niveles de influencia de la evaluación del rendimiento, se encuentran mayores niveles de motivación entre los deportistas ($r = .239; p = .000$).

c) Habilidad mental y Motivación: Se plantea una relación estadísticamente significativa entre ambas variables, esta es una relación baja y positiva, donde a mayores niveles de habilidad mental, se encuentran mayores niveles de motivación entre los deportistas ($r = .337; p = .000$).

d) Cohesión de equipo y Motivación: Se plantea una relación estadísticamente significativa entre ambas variables, esta es una relación baja y positiva, donde a mayores niveles de cohesión de equipo, se encuentran mayores niveles de motivación entre los deportistas ($r = .284; p = .000$).

Discusión

Los resultados confirman, en referencia a la motivación y el género, que no existen diferencias estadísticamente significativas. Estos resultados coinciden con los de otros estudios previos (Carraça, 2017; Chen, Wang, Jin & Lau, 2007; Corrado, Tessitore, Capranica, Rauter & Topic, 2012; Galván, López-Walle, Pérez-García, Tristán & Medina, 2013; Guzmán & Kingston, 2012; Moreno, Cervelló & González-Cutre, 2006; Mroczkowska, 2009).

Por su parte, otros estudios indican que son los hombres los que presentan una mayor motivación extrínseca y de ego en la práctica deportiva (Amado, Leo, Sánchez-Oliva, González-Ponce & López-Chamorro, 2012; Amado, Sánchez-Miguel, Leo, Sánchez-Oliva & García-Calvo, 2014; Coimbra, Gomes, Oliveira, Rezende, Castro, Miranda & Bara Filho, 2013; Hellín, 2007; Jaakkola, Wang, Soini & Liukkonen, 2015; Kingston, Horrocks & Hanton, 2006; Miller, 2000; Moreno et al., 2009; Murcia, Blanco, Galindo, Villodre & Coll, 2007; Pelletier, Fortier, Vallerand, Tuson, Brière & Blais, 1995; Petherick & Weigand, 2002; Recours, Souville & Griffet, 2004; Tsang, Szabo, Soos & Bute, 2005; Vélchez & Ruiz-Juan, 2016). En este sentido, algunas posibles razones respecto a los resultados de estos estudios, se relacionan con la mayor estimulación del deporte competitivo masculino por parte de las autoridades competentes en la materia (Coimbra et al., 2013); y también se señala, que pueda ser debido, a una manifestación de diferencias culturales entre ambos géneros, si bien, son necesarios más estudios para esclarecer estas posibles causas.

Los resultados confirman, en referencia a la motivación y la edad, que no existen diferencias estadísticamente significativas. Estos resultados coinciden con los de otros estudios previos (Chantal, Guay, Dobrevá-Martínova & Vallerand, 1996; Mora, Sousa & Cruz, 2014).

Otros estudios indican que los deportistas de menor edad presentan mayores niveles de motivación (Guzmán & Kingston, 2012; Hellín, 2007; Moreno et al., 2006).

Sin embargo, otros estudios indican que son los deportistas de mayor edad los que presentan una mayor motivación, midiéndolo a través de la motivación extrínseca y de ego (Chen et al., 2007; Coimbra et al., 2013; Corrado et al., 2012; Mercé, 2008). En este sentido, algunas posibles razones respecto a los resultados de estos estudios, se relacionan con que los deportistas de mayor edad valoran más en el deporte los resultados, la competición y buscan recompensas externas a través del mismo (premios, prestigio, status social, etc.) (Coimbra et al., 2013).

Los resultados confirman, en referencia a la motivación y el tipo de

deporte, que existen diferencias estadísticamente significativas, ya que los/las deportistas que practican deportes colectivos muestran mayores niveles de motivación, con respecto a los/las deportistas que practican deportes individuales. Los resultados coinciden con los de otros estudios previos (Corrado et al., 2012; Moreno et al., 2007), en el que en los deportes colectivos aparece una mayor orientación al ego y una mayor percepción de clima ego, con respecto a los deportes individuales.

Sin embargo, otro estudio desarrollado por Coimbra et al. (2013) con jóvenes deportistas brasileños, refleja que los deportes individuales generan mayor motivación extrínseca de introyección que los deportes de equipo. Un dato muy interesante que puede explicar este resultado, es que, en Brasil, las competiciones de los deportes individuales se inician en edades muy inferiores a las competiciones de los deportes colectivos. Por tanto, los jóvenes deportistas que practican deportes individuales están más experimentados en la competición deportiva, con respecto a los jóvenes deportistas que practican deportes colectivos.

Además, otros estudios (Gillet & Rosnet, 2008; Isorna, Rial & Vaquero, 2014) reflejan la no existencia de diferencias estadísticamente significativas en motivación en función del tipo de deporte.

Conclusiones

Una de las principales conclusiones es sin duda, la necesidad de potenciar en el deporte en edad escolar, motivos de práctica más intrínsecos tanto en el género masculino como en el femenino, porque se ha demostrado que este tipo de motivación se vincula con una menor percepción de conflicto entre la práctica deportiva, el contexto escolar y la amistad, con la importancia que ello conllevaría, además, para mantener un estilo de vida más saludable durante la etapa adulta. Por tanto, sería conveniente en el diseño de futuros programas de intervención en el deporte en edad escolar, elaborar estrategias que fomenten la motivación intrínseca.

Por otro lado, el hecho de que la motivación se relacione positiva y significativamente con todas las dimensiones psicológicas analizadas, lleva a pensar que el trabajo de la motivación en los deportistas es relevante para la consecución de las metas y de los objetivos que se proponen.

Asimismo, sería conveniente estudiar los antecedentes motivacionales que tienen los jóvenes deportistas sobre la utilidad de la práctica deportiva, con la intención de desarrollar un análisis más detallado de las variables que nos pueden llevar a conocer las causas del compromiso deportivo.

Finalmente, escasos estudios han analizado las diferencias en la motivación de los deportistas en función de la modalidad deportiva practicada, siendo necesario seguir profundizando más en esta cuestión.

Referencias

Alvira, F. (2002) *Metodología de la evaluación de programas: Un enfoque práctico*. Madrid: CIS. Cuadernos Metodológicos.

Amado, D., Leo, F. M., Sánchez-Oliva, D., González-Ponce, I., & López-Chamorro, 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, Deportes y Recreación*, 21, 50-52.

Amado, D., Sánchez-Miguel, P. A., Leo, F. M., Sánchez-Oliva, D., & García-Calvo, T. (2014). Diferencias de género en la motivación y percepción de utilidad del deporte. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 14(56), 651-664.

Ames, C. (1995). Metas de ejecución, clima motivacional y procesos motivacionales. En G Roberts (Ed.), *Motivación en el deporte del ejercicio* (pp. 197-214). España: Desclée de Brouwer.

Amal, J., Del Rincón, D., & Latorre, A. (1992). *Investigación educativa. Fundamentos y metodología*. Barcelona: Labor.

Aspano, A., Lobato, S., Leyton, M., Batista, M., & Jiménez, R. (2016). Predicción de la motivación en las etapas de cambio de ejercicio más activos. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deportes y Recreación*, 30, 87-91.

Balaguer, I., Castillo, I., & Duda, J. (2008). Apoyo a la autonomía, satisfacción de las necesidades, motivación y bienestar en deportistas de competición: Un análisis de la teoría de la autodeterminación. *Revista de Psicología del Deporte*, 17(1), 123-139.

Balaguer, I., Duda, J. L., & Crespo, M. (1999). Motivational climate and goal orientations as predictors of perceptions of improvement, satisfaction and coach ratings among tennis players. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 9(6), 1-8.

Biddle, S., & Goudas, M. (1996). Analysis of children's physical activity and its association with adult encouragement and social cognitive variables. *Journal of School Health*, 66(2), 75-78.

Boixadós, M., Cruz, J., Torregrosa, M., & Valiente, L. (2004). Relationships among motivational climate, satisfaction, perceived ability, and fair play attitudes in young soccer players. *Journal of Applied Sport Psychology*, 16(4), 301-317.

Buceta, J. M. (1996). *Psicología y lesiones deportivas: Prevención y recuperación*. Madrid: Dykinson.

Buceta, J. M. (2004). *Estrategias Psicológicas para entrenadores de deportistas jóvenes*. Madrid: Dykinson.

Candela, F., Zucchetti, G., & Villosio, C. (2014). Preliminary validation of the Italian version of the original sport motivation scale. *Journal of Human Sport and Exercise*, 9(1), 136-147.

Cantallops, J., Ponseti, F. J., Vidal, J., Antoni, P., & Palou, P. (2012). Adolescencia, sedentarismo y sobrepeso: Análisis en función de variables sociopersonales de los padres y del tipo de deporte practicado por los hijos. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deportes y Recreación*, 21, 5-8.

Carraça, E. (2017). Un modelo de motivación de la participación de los jóvenes en las clases de educación física. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deportes y Recreación*, 31, 282-291.

Carrasco, H., Chiroso, L. J., Martín, I., Cajas, B., & Reigal, R. E. (2015). Efectos de un programa extraescolar basado en juegos reducidos sobre la motivación y las necesidades psicológicas básicas en las clases de Educación Física. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 10(1), 23-31.

Cea D'Ancona, M. A. (2001). *Metodología cuantitativa. Estrategias y técnicas de investigación social*. Madrid: Síntesis.

Cervelló, E., Escartí, A., & Guzmán, J. F. (2007). Youth sport dropout from the achievement goal theory. *Psicothema*, 19(1), 65-71.

Chantal, Y., Guay, F., Dobrevá-Martinova, T., & Vallerand, R. J. (1996). Motivation and elite performance: An exploratory investigation with Bulgarian athletes. *International Journal of Sport Psychology*, 27, 173-182.

Chen, S. H., Wang, J., Jin, M., & Lau, K. O. (2007). Motivation of sport participation in elite athletes with physical disabilities in Mainland China. *Asian Journal of Exercise & Sports Science*, 4(1), 63-67.

Coimbra, D. R., Gomes, S. S., Oliveira, H. Z., Rezende, R. A., Castro, D., Miranda, R., & Bara Filho, M. G. (2013). Características motivacionais de atletas brasileiros. *Motricidade*, 9(4), 64-72.

Corrado, L., Tessitore, A., Capranica, L., Rauter, S., & Topic, M. D. (2012). Motivation for a dual-career: Italian and Slovenian student-athletes. *Kinesiology Slovenica*, 18(3), 47-56.

Cruz, J. (2014). El Deporte de Iniciación. *Comunicación presentada en la Conferencia correspondiente a las XVII Jornadas de Actualización en Psicología del Deporte*. Madrid: UNED.

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum.

Escartí, A., & Cervelló, E. (1994). La motivación en el deporte. En I. Balaguer (Ed.), *Entrenamiento psicológico en deporte: Principios y aplicaciones* (pp. 61-90). Valencia: Albatros Educación.

Franco, E., Coterón, J., Gómez, V., Brito, J., & Martínez-González, H. A. (2017). Influencia de la motivación y del flow disposicional

- sobre la intención de realizar actividad físico-deportiva en adolescentes de cuatro países. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deportes y Recreación*, 31, 46-51.
- Galván, J. F., López-Walle, J. M., Pérez-García, J. A., Tristán, J. L., & Medina, R. E. (2013). Clima Motivacional en deportes individuales y de conjunto en atletas jóvenes mexicanos. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 8(2), 393-410.
- García-Ferrando, M. (2006b). Veinticinco años de análisis del comportamiento deportivo de la población española (1980-2005). *Revista Internacional de Sociología (RIS)*, 64(44), 15-38.
- Gillet, N., & Rosnet, E. (2008). Basic need satisfaction and motivation in sport. *Athletic insight*, 10(3). Retrieved 20 November, 2009, from <http://www.athleticinsight.com/Vol10Iss3/BasicNeed.htm>
- Gimeno, F., Buceta, J. M., & Pérez-Llantada, M. C. (1994). El cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo (CPRD): Características psicométricas. En A. López de la Llave, M. C. Pérez-Llantada y J. M. Buceta (Eds.), *Investigaciones breves en psicología del deporte* (pp. 65-76). Madrid: Dykinson.
- Gutiérrez, M., Tomás, J. M., & Calatayud, P. (2017). Influencia del clima motivacional en educación física sobre las metas de logro y la satisfacción con la vida de los adolescentes. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deportes y Recreación*, 31, 157-163.
- Guzmán, J. F., & Kingston, K. (2012). Prospective study of sport dropout: A motivational analysis as a function of age and gender. *European Journal of Sport Science*, 12(5), 431-442.
- Hellín, M. G (2007). *Motivación, autoconcepto físico, disciplina y orientación disposicional en estudiantes de educación física* (Tesis doctoral inédita). Universidad de Murcia, Murcia.
- Instituto Nacional de Estadística (2012). Listado de municipios y población de la Comunidad Autónoma de Castilla-La Mancha (INE, uno de enero de 2012).
- Instituto Nacional de Estadística (2013). Listado según edad y género en cada una de las cinco provincias de la Comunidad Autónoma de Castilla-La Mancha (INE, uno de julio de 2013).
- Isorna, M., Rial, A., & Vaquero, R. (2014). Motivaciones para la práctica deportiva en escolares federados y no federados. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deportes y Recreación*, 25, 80-84.
- Jaakkola, T., Ntoumanis, N., & Liukkonen, J. (2016). Motivational climate, goal orientation, perceived sport ability, and enjoyment within Finnish junior ice hockey players. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 26, 109-115.
- Jaakkola, T., Wang, C., Soini, M., & Liukkonen, J. (2015). Students' perceptions of motivational climate and enjoyment in Finnish physical education: A latent profile analysis. *Journal of Sports Science and Medicine*, 14(3), 477-483.
- Kingston, K. M., Horrocks, C. S., & Hanton, S. (2006). Do multidimensional intrinsic and extrinsic motivation profiles discriminate between athlete scholarship status and gender? *European Journal of Sport Science*, 6(1), 53-63.
- León, J., Núñez, J. L., Domínguez, E. G., & Martín-Albo, J. (2013). Motivación intrínseca, autoconcepto físico y satisfacción con la vida en practicantes de ejercicio físico: Análisis de un modelo de ecuaciones estructurales en el entorno de programación R. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 8(1), 39-58.
- Lussier, R. N., & Kimball, D. C. (2008). *Applied sport management skills*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Mahoney, M. J., Gabriel, T. J., & Perkins, T. S. (1987). Psychological skills and exceptional athletic performance. *The Sport Psychologist*, 1, 181-199.
- Martínez del Castillo, J. (1991). *La estructura ocupacional del deporte en España. Encuesta realizada sobre los sectores de Entrenamiento, Docencia, Animación y Dirección*. Madrid: CSD.
- Mercé, J. (2008). *Un estudio descriptivo de las características técnicas, físicas y motivacionales de escuelas deportivas de fútbol (alevines, infantiles y cadetes)* (Tesis doctoral inédita). Universitat de València, Valencia.
- Miller, J. A. (2000). *Intrinsic, extrinsic and amotivational difference in scholarship and nonscholarship collegiate track and field athletes* (Tesis de maestría inédita). Springfield College, MA, USA.
- Mora, J. A., Sousa, C., & Cruz, J. (2014). El clima motivacional, la autoestima y la ansiedad en jugadores jóvenes de un club de baloncesto. *Apunts Educación Física y Deportes*, 117(3), 43-50.
- Moreno, J. A., Cano, F., González-Cutre, D., Cervelló, E., & Ruiz, L. (2009). Flow disposicional en salvamento deportivo: Una aproximación desde la teoría de la autodeterminación. *Revista de Psicología del Deporte*, 18(1), 23-35.
- Moreno, J. A., & Cervelló, E. (2010). *Motivación en la actividad física y el deporte*. Sevilla: Wanceulen.
- Moreno, J. A., Cervelló, E., & González-Cutre, D. (2006). Motivación autodeterminada y flujo disposicional en el deporte. *Anales de Psicología*, 22(2), 310-317.
- Moreno, J. A., Cervelló, E., & González-Cutre, D. (2007). Young athletes motivational profiles. *Journal of Sports Science and Medicine*, 6, 172-179.
- Moreno, J. A., Sicilia, A., Sáenz-López, P., González-Cutre, D., Almagro, B. J., & Conde, C. (2014). Análisis motivacional comparativo en tres contextos de actividad física. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 14(56), 665-685.
- Moreno-Murcia, J. A., Borges-Silva, F., Marcos-Pardo, P. J., Sierra-Rodríguez, A. C., & Huéscar-Hernández, 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, 649-662.
- Mroczkowska, H. (2009). The feminine auto perception of sporting competences and aspirations achievements. *Pol. J. Sport Tourism*, 16, 229-238.
- Murcia, J. A. M., Blanco, M. L. S. R., Galindo, C. M., Villodre, N. A., & Coll, D. G (2007). Efectos del género, la edad y la frecuencia de práctica en la motivación y el disfrute del ejercicio físico. *Fitness Performance*, 6(3), 140-146.
- Nicholls, J. G (1989). *The competitive ethos and democratic education*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Nunnally, J. C. (1978). *Psychometric theory*. Nueva York: McGraw-Hill.
- Nuviala, A., Ruiz, F., & García, E. (2003). Tiempo libre, ocio y actividad física en los adolescentes. La influencia de los padres. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deportes y Recreación*, 6, 13-20.
- Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., Tuson, K. M., Brière, N. M., & Blais, M. R. (1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and a motivation in sports: The Sport Motivation Scale (SMS). *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17, 35-53.
- Petherick, C. M., & Weigand, D. A. (2002). The relationship of dispositional goal orientations and perceived motivational climates on indices of motivation in male and female swimmers. *International Journal of Sport Psychology*, 33, 218-237.
- Piéron, M. (2002). *Estudi sobre els hàbits esportius dels escolars d'Andorra*. Govern d'Andorra, Ministeri d'Educació Joventut i Esports.
- Recours, R. A., Souville, M., & Griffet, J. (2004). Expressed motives for in-formal and club/association-based sports participation. *Journal of Leisure Research*, 36, 1-22.
- Rodríguez Osuna, J. (1991). *Métodos de muestreo*. Madrid: CIS.
- Rodríguez Osuna, J. (2002). La muestra: teoría y aplicación. En F. Alvira, M. García Ferrando y J. Ibañez (Eds.), *El análisis de la realidad social. Métodos y técnicas de investigación* (pp. 445-482). Madrid: Alianza editorial.
- Romero, S. Garrido, M., & Zagalaz, M. (2009). The parent's behavior in the sports. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deportes y Recreación*, 15, 29-34.
- Ruiz-Juan, F., & Baena-Extremera, A. (2015). Predicción de las metas

- de logro en educación física a partir de la satisfacción, la motivación y las creencias de éxito en el deporte. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 10(2), 193-203.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation on intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78.
- Sallis, J., Prochaska, J., & Taylor, W. (2000). A review of correlates of physical activity of children and adolescent. *Medicine and Science in Sport and Exercise*, 32(5), 963-975.
- Sallis, J., Simons-Morton, B., Stone, E., Corbin, C., Epstein, L. H., & Taylor, W. (1992). Determinants of physical activity and interventions in youth. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 24(6), 248-257.
- Sevil, J., Aibar, A., Abós, A., & García-González, L. (2017). El clima motivacional del docente de Educación Física: ¿Puede afectar a las calificaciones del alumnado? *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deportes y Recreación*, 31, 94-97.
- Shoopshire, J., & Carroll, B. (1997). Family variables and children's physical activity: Influence of parental exercise and socio-economic status. *Sport, Education and Society*, 2(1), 95-116.
- Smith, R. E., Smoll, F., & Cumming, S. (2009). Motivational climate and changes in young athletes' achievement goal orientations. *Motivation and Emotion*, 33(2), 173-183.
- Torregrosa, M., Sousa, C., Viladrich, C., Villamarín, F., & Cruz, J. (2008). El clima motivacional y el estilo de comunicación del entrenador como predictores del compromiso en futbolistas jóvenes. *Psicothema*, 20(2), 254-259.
- Torregrosa, M., Viladrich, C., Ramis, Y., Azócar, F., Latinjak, A., & Cruz, J. (2011). Efectos en la percepción del clima motivacional generado por los entrenadores y compañeros sobre la diversión y el compromiso. Diferencias en función de género. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(1), 243-255.
- Tsang, E. C. K., Szabo, A., Soos, I., & Bute, P. (2005). A study of cultural differences in motivational orientations towards sport participation of junior secondary school children in four cultures. *Journal of Physical Education & Recreation*, 11(1), 44-50.
- Vallerand, R. J., & Thill, E. E. (1993). *Introduction à la psychologie de la motivation*. Laval: Éditions Études Vivantes.
- Van Der Horst, K., Paw, M., Twisk, J., & Van Mechelen, W. (2007). A brief review on correlates of physical activity and sedentariness in youth. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 39(8), 1241-1250.
- Vílchez, P., & Ruiz-Juan, F. (2016). Clima motivacional en Educación Física y actividad físico-deportiva en el tiempo libre en alumnado de España, Costa Rica y México. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deportes y Recreación*, 29, 195-200.
- Wold, B. (1995). *Health behavior in school children: A Who cross-national survey*. Resorce Package of Questions 1993-94, Norway: University of Bergen.
- Wuerth, S., Lee, M., & Alfermann, D. (2004). Parental involvement and athletes in youth sport. *Psychology of sport and Exercise*, 5(1), 21-33.
- Zakarian, J., Hovell, M., Hofstetter, C., Sallis, J., & Keating, K. (1994). Correlates of vigorous exercise in a predominantly low SES and minority high school population. *Preventive Medicine*, 23(3), 314-321.

