



## **La Motivación de los Jóvenes Costarricenses en la Educación Física**

La persona estudiante está siendo invitado a participar en un estudio llamado " La Motivación de los Jóvenes Costarricenses en la Educación Física" el cual está siendo realizado por Elisa Sosa Nicora.

Elisa Sosa Nicora es estudiante de posgrado en la Escuela de Ciencias del Ejercicio, Educación Física y Salud de la Universidad de Victoria, Canadá. Como estudiante de posgrado, se requiere que realice investigaciones como parte de los requisitos para optar por el título de Maestría en Artes en Educación Física. Si tiene más preguntas, puede comunicarse conmigo por teléfono al (506) 8964-2268 o por correo electrónico a [elisasosan nicora@uvic.ca](mailto:elisasosan nicora@uvic.ca)

Este estudio se está llevando a cabo bajo la supervisión de la Dra. Vivienne Temple y puede comunicarse con mi supervisora al 250-721-8383 o correo electrónico [vtemple@uvic.ca](mailto:vtemple@uvic.ca)

### **Objetivos**

El objetivo de este proyecto de investigación es mejorar la motivación y el compromiso de los jóvenes con la educación física. Quiero ver cómo la motivación de los estudiantes se ve afectada por sus sentimientos de competencia física, sentimientos de conexión con los demás en clase y las elecciones y decisiones que pueden tomar en las clases de educación física. También quiero dar a los estudiantes la oportunidad de sugerir cambios en la educación física.

### **Importancia**

Un estudio reciente sobre las tendencias de actividad física mostró que el 81% de los estudiantes de 11 a 17 años en todo el mundo no eran lo suficientemente activos para poder obtener beneficios para la salud. Este mismo estudio también informó que el 82% de los jóvenes costarricenses eran insuficientemente activos. Un estudio anterior realizado por la Organización Mundial de la Salud en el año 2009 donde participaron 2679 estudiantes costarricenses de 13 a 15 años mostró que sólo el 27.4% de los estudiantes cumplían con el requerimiento mínimo de realizar al menos 60 minutos de actividad física diaria, y el 44.2% pasaba tres o más horas al día realizando actividades sedentarias. Estos resultados preocupantes resaltan la necesidad de incentivar la participación de los jóvenes en la actividad física.

Los estudiantes que se encuentran más motivados tienden a disfrutar más de las lecciones de educación física y tienen más probabilidades de realizar actividad física fuera del colegio. Este proyecto de investigación es importante porque de la educación física es un medio importante para promover un estilo de vida saludable y activo entre los jóvenes. Conocer qué motiva a los estudiantes durante las lecciones de educación física no solo puede ayudarles a ser más activos físicamente y mejorar su salud y bienestar general, sino que también puede contribuir a realizar cambios en futuros programas de educación física.

## **Selección de los participantes**

A la persona estudiante se le está pidiendo que participe en este estudio porque está matriculado/a en una institución educativa perteneciente al Circuito 01 de la Dirección Regional de Guápiles, se encuentra en noveno grado, y lleva lecciones semanales de educación física.

## **Implicaciones**

La participación en el estudio se llevará a cabo durante **dos clases** de educación física. La persona estudiante que no desee participar en el estudio deberá permanecer en el gimnasio bajo la supervisión del profesor/a de educación física mientras que la persona estudiante que sí participa completa las encuestas. Si usted tiene alguna pregunta al respecto, por favor comuníquese con el/la directora/a de la institución o con el/la profesor/a de educación física de la persona estudiante.

Durante los primeros 35 minutos en dos diferentes clases regulares de educación física, la persona estudiante completará las encuestas. En la primera clase, completará la primera encuesta el cual se centra en la motivación de la persona estudiante hacia la educación física, y la segunda encuesta preguntará sobre la toma de decisiones, competencia física y sentido de conexión con sus compañeros en la clase de educación física. En la segunda clase de educación física, la persona estudiante completará la tercera encuesta el cual se enfoca en la cantidad de actividad física diaria en la que participa la persona estudiante. Además, se le pedirá a la persona estudiante que comente sobre cualquier cambio que le gustaría ver en la educación física en el futuro.

También se deberán aportar datos como la edad y el género de la persona estudiante.

Mediante la edad de la persona estudiante, podré confirmar si él/ella se encuentra en el rango de edad aceptable para este estudio y este dato ayudará a compartir resultados comparando con otros países sobre qué edad tienen los estudiantes de 9no año en Costa Rica.

El poder conocer el género de la persona estudiante, me brindará información valiosa sobre cómo éste puede influir en los intereses y la motivación de los estudiantes en la educación física.

Una vez la persona estudiante haya completado y me haya entregado las encuestas, los profesores de educación física procederán a continuar con la segunda lección de la clase.

## **Inconveniencias**

La participación en este estudio puede causar algunas inconveniencias a la persona estudiante, ya que las encuestas se completarán durante su clase regular de educación física. En total, este proyecto ocupará aproximadamente 70 minutos del tiempo de las clases de educación física de la persona estudiante.

## **Riesgos**

Es posible que la persona estudiante experimente una reacción emocional temporal a las preguntas (por ejemplo, sentimientos de tristeza, ansiedad o sentirse marginado/a) después de completar los cuestionarios. Para enfrentar este riesgo, la persona estudiante puede hablar con su profesor/a guía u orientador/a designado/a su sección si experimenta alguno de estos, u otros, sentimientos.

## **Beneficios**

La participación de la persona estudiante en esta investigación ayudará a recopilar información basada en sus opiniones y sugerencias sobre cómo se pueden mejorar las clases de educación física. Estas opiniones pueden servir para alentar a los encargados de la Dirección de Desarrollo Curricular del Ministerio de Educación Pública a realizar cambios en los futuros programas de educación física. Haciendo que la educación física en la secundaria sea más atractiva puede ayudar a incrementar la actividad física, el disfrute y la participación en clase, impactando positivamente en la salud de otros adolescentes de la edad de la persona estudiante.

## **Compensación**

No existe una compensación por participar en este proyecto; sin embargo, la persona estudiante será elegible para participar en un sorteo y poder ganar un reloj inteligente 'Fitbit Inspire 3' gratis. El sorteo será grabado y se posteará en la cuenta oficial de Facebook de la institución para garantizar la transparencia del proceso. Si la persona estudiante es el/la ganador/a, su nombre no será compartido públicamente. Únicamente el número asignado a la persona estudiante será revelado. Yo me comunicaré directamente con el/la ganador/a para hacerle entrega del premio.

## **Participación voluntaria**

La participación de la persona estudiante en esta investigación debe ser completamente voluntaria. Si la persona estudiante decide participar, debe saber que puede retirarse en cualquier momento sin ninguna consecuencia o explicación. Si la persona estudiante se retira del estudio y ya ha completado las encuestas, sus datos serán destruidos. La asistencia o la calificación de educación física no se verán afectadas si la persona estudiante elige no participar en este estudio.

## **Anonimato**

Para proteger el anonimato de la persona estudiante, se le asignará un número a cada participante y a cada institución educativa durante la etapa de recopilación de datos, los cuales se utilizarán en la difusión de los resultados.

## **Confidencialidad**

La confidencialidad de la persona estudiante y de los datos serán protegidos mediante una contraseña para archivos informáticos y las copias en físico serán almacenados en un archivero cerrado con llave.

## **Difusión de resultados**

Los datos agregados de este proyecto sin identificación personal se presentarán en la defensa de mi tesis, en una conferencia y se publicarán en un artículo. La tesis también estará disponible al público mediante la página web de la biblioteca de la universidad: 'D-Space'. Además, se enviarán informes a los/las profesores de educación física de la persona estudiante y al director/a de la institución educativa, al Ministerio de Educación Pública de Costa Rica, a la Asesora Nacional de Educación Física y al Asesor Regional de Guápiles de Educación Física. Los resultados también se compartirán a través de un seminario web en el que profesores de educación física de otras provincias de Costa Rica también podrán tener acceso.

## **Destrucción de datos**

Los datos obtenidos de este estudio serán destruidos cinco años después de que se defienda la tesis, los datos electrónicos se borrarán y las copias en físico se destruirán.

## Contactos

Investigadora: Elisa Sosa Nicora PH: (236)882-7184, correo electrónico: [elisasosanicora@uvic.ca](mailto:elisasosanicora@uvic.ca)  
WhatsApp (506)8964-2268

La firma a continuación indica que comprende las condiciones anteriores sobre la participación de la persona estudiante en este estudio, y que ha tenido la oportunidad de que la investigadora responda sus preguntas. También se le solicita a que la persona estudiante firme a continuación para indicar que él/ella está de acuerdo en participar en el estudio.

_____ <i>Nombre del Estudiante</i>	_____ <i>Firma del Estudiante</i>	_____ <i>Fecha</i> <i>dia/mes/año</i>
_____ <i>Nombre del Padre o Madre /Encargado</i> <i>Legal</i>	_____ <i>Firma del Padre o Madre</i> <i>/Encargado Legal</i>	

**Proporcione la siguiente información sobre la persona estudiante:**

1. Institución Educativa: \_\_\_\_\_
2. Edad: \_\_\_\_\_
3. Sección: 9- \_\_\_\_\_
4. Género:  Masculino  
 Femenino  
 Otro: \_\_\_\_\_
5. ¿Le gustaría a la persona estudiante participar en el sorteo de un reloj inteligente 'Fitbit Inspire 3'?  
 Sí  No

**POR FAVOR COMPLETE LA INFORMACION DE ARRIBA Y DEVUELVA LA HOJA AL  
COLEGIO**



**University  
of Victoria**

School of Exercise Science,  
Physical & Health Education

*Consentimiento  
Padre o madre/encargado legal*

---

**La Motivación de los Jóvenes Costarricenses en la Educación Física**

La copia completa de este formulario de consentimiento está disponible para descargar en formato PDF en:

<https://web.uvic.ca/~vtemple>

Si tiene alguna pregunta, puede enviar un correo electrónico a mi supervisora en la Escuela de Ciencias del Ejercicio, Educación Física y Salud de la Universidad de Victoria, British Columbia-Canadá.

Dra. Vivienne Temple

correo electrónico: [vtemple@uvic.ca](mailto:vtemple@uvic.ca)

Además, puede verificar la aprobación ética de este estudio o externar cualquier inquietud que pueda tener comunicándose con la Oficina de Ética en la Investigación con Seres Humanos de la Universidad de Victoria (250-472-4545 o [ethics@uvic.ca](mailto:ethics@uvic.ca)).