

# AUTOPERCEPCIÓN DE LA MOTIVACIÓN EN LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA SEGÚN EL SEXO, LA EDAD Y EL TIPO DE PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA

*Self-perception of motivation in physical  
education classes according to sex, age  
and type of physical-sports practice*

*Pablo Hernández-Martín*

*Raquel María Guevara Ingelmo*

*José David Urchaga Litago*

*José Enrique Moral-García*

**RESUMEN:** *La motivación puede ejercer una gran influencia en la adherencia a la práctica de actividad física. Este estudio pretende conocer la motivación de los escolares en las clases de Educación Física y las posibles diferencias según el sexo, la edad y el tipo de deporte practicado. Participaron un total de 182 escolares de Educación Secundaria Obligatoria de entre 12 y 16 años, de los cuales 95 eran chicos y 87 chicas. Como instrumento se empleó el “Cuestionario sobre Motivación en las clases de Educación Física (CMEF)”. Los resultados muestran que la motivación es superior en los chicos a pesar de que las chicas presentan una motivación identificada superior. Según la edad, los escolares más jóvenes se sienten más motivados en todas las dimensiones y la desmotivación aumenta con la edad. La práctica de deportes individuales se asocia con una mayor motivación, aunque los deportes colectivos suponen mayor motivación externa.*

**Palabras clave:** *motivación; educación secundaria; actividad física; tipología deportiva; sexo; edad.*

**ABSTRACT:** *Motivation can have a great influence on adherence to physical activity. This study aims to know the motivation of schoolchildren in physical educa-*