

## Physical self-concept and intention to be physically active in junior and junior athletes.

### Autoconcepto físico e intención de ser físicamente activos en atletas prejuveniles y juveniles.

**Autor:**

Guamán Jiménez, Luis Xavier  
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA  
Licenciado en Ciencias de la Educación mención Educación Física  
Cuenca – Ecuador



[luis.guaman.92@est.ucacue.edu.ec](mailto:luis.guaman.92@est.ucacue.edu.ec)



<https://orcid.org/0000-0001-6176-474X>

Bravo Navarro, Wilson Hernando  
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA  
Docente  
Cuenca – Ecuador



[wilson.bravo@ucacue.edu.ec](mailto:wilson.bravo@ucacue.edu.ec)



<https://orcid.org/0000-0003-3381-8063>

Rodríguez Zárata, Natalia María  
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA  
Docente  
Cuenca – Ecuador



[natalia.rodriguez@ucacue.edu.ec](mailto:natalia.rodriguez@ucacue.edu.ec)



<https://orcid.org/0000-0002-6581-6065>

Citación/como citar este artículo: Guamán, Luis., Bravo, Wilson. y Rodríguez, Natalia. (2023). Autoconcepto físico e intención de ser físicamente activos en atletas prejuveniles y juveniles. MQR Investigar, 7(1), 3150-3167.  
<https://doi.org/10.56048/MQR20225.7.1.2023.3150-3167>

Fechas de recepción: 01-MAR-2023 aceptación: 15-MAR-2023 publicación: 15-MAR -2023



<https://orcid.org/0000-0002-8695-5005>

<http://mqrinvestigar.com/>

## Resumen

El objetivo del presente estudio fue demostrar como el autoconcepto físico puede ser uno de los factores predictores de la intención de ser físicamente activo mediante un análisis correlacional. La presente investigación tiene un diseño no experimental de corte transversal, enfoque cuantitativo y alcance correlacional. La muestra se obtuvo mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, teniendo a 43 atletas, 23 varones y 20 mujeres de edades comprendidas entre los 10 y 17 años ( $M=15,3$ ), pertenecientes a la Escuela de Atletismo Corredores del Sur del cantón Paltas, provincia Loja. ( $M=15,3$ ), los instrumentos que se aplicaron fueron; la escala de Autoconcepto Físico (PSPP) y Medida de la Intencionalidad para ser Físicamente Activo (MIFA); una vez aplicados los cuestionarios se realizó un análisis estadístico en el programa SPSS 25. Tras un análisis factorial exploratorio y confirmatorio de correlación y de regresión lineal, los resultados revelaron que la intención de ser físicamente activo es predicha por el autoconcepto físico. De todas las dimensiones de este constructo, la competencia percibida fue el mayor predictor. Algunos autores consideran sumamente importante, en la promoción de la práctica físico-deportiva, que el profesor de educación física establezca estrategias de intervención en su proceso de enseñanza-aprendizaje para mejorar la percepción de competencias, condición física, fuerza, imagen corporal y autoestima.

**Palabras Claves:** Autoconcepto Físico, Intención, Físicamente Activo, Educación Física.

## Abstract

The objective of this study was to demonstrate how physical self-concept could be one of the predictors of the intention to be physically active through a correlational analysis. The present investigation has a non-experimental design with a cross-sectional quantitative approach and correlational scope. The sample was obtained through a non-probability sampling for convenience having forty-three athletes, twenty-three men and twenty women aged between ten and seventeen years ( $M=15,3$ ), belonging to the school of athletics runners of the south of the Canton Paltas, Province of Loja. ( $M=15,3$ ), the instruments that were applied were; the physical self-concept scale (PSPP) and measure of the intention to be physically active (MIFA); once the questionnaires were applied, a statistical analysis was carried out in the program SPSS 25. After an exploratory and confirmatory factor analysis of correlation and linear regression, the results revealed that the intention to be physically active is predicted by physical self-concept. Of all the dimensions in this builder, perceived competence was the largest predictor. Some authors consider extremely important, in the promotion of physical-sports practice, that the physical education teacher establish intervention strategies in their teaching-learning process to improve the perception of competences, physical condition, body image and self-esteem.

**Keywords:** Physical Self-Concept, Being Physically Active, Physical Education.

## Introducción

Actualmente, la investigación sobre el bienestar subjetivo es extremadamente efectiva y ha llamado la atención de muchos investigadores. Para optimizar la aptitud de vida saludable, y así prevenir enfermedades, afectando al organismo como la obesidad, la psicosis, la ansiedad y la depresión (Etxaniz, 2018).

Según la Organización Mundial de la Salud (2022), el ejercicio físico es un movimiento realizado por el cuerpo utilizando los músculos esqueléticos y, por lo tanto, gastando energía. La actividad física está relacionada con el tiempo libre, los viajes hacia y desde lugares o el ejercicio como parte del trabajo. Por lo tanto, la actividad física vigorosa puede mejorar la salud. Se ha demostrado que la actividad física regular ayuda a prevenir y controlar enfermedades no transmisibles, como enfermedades cardíacas, accidentes cerebrovasculares, diabetes y diversas formas de cáncer. También ayuda a prevenir la presión arterial alta, mantener un peso saludable y mejorar la salud mental, la calidad de vida y el bienestar.

El autoconcepto físico, o la percepción que tiene un individuo de sus habilidades y apariencias, ha sido identificado como un marcador particularmente importante de la salud de los adolescentes. Es una de las muchas dimensiones que conforman el autoconcepto global, que a su vez consta de varias subdimensiones (Grao-Cruces, 2017). Uno de los modelos más fuertes de Fox y Corbin, divide el autoconcepto físico en cuatro subdominios: condición física, apariencia, capacidad física percibida y fuerza, que son muy importante para que el cuerpo se mantenga saludable.

Para Grao-Cruces (2017) la juventud es un momento muy interesante para abordar este tipo de aspectos físicos, ya que durante este tiempo las personas se forman y experimentan diversos cambios que afectan su desarrollo y bienestar, promoviendo hábitos de vida saludable donde se practica la actividad física como parte de la vida global. La salud, corresponden a componentes relacionados con el estilo de existencia que se pueden controlar, y estos cambios ocurren con la cultura física.

Finalmente, se puede considerar que el objetivo principal de este estudio fue mostrar con ayuda el análisis de correlación cómo el autoconcepto físico puede ser uno de los predictores del propósito de la actividad física.

## Referencial Teórico

Desde una perspectiva psicológica social, el autoconcepto examina la relación entre el conocimiento personal y social, las características psicológicas, valores, metas, intereses y habilidades personales. El concepto de autoconcepto hace mención a las etiquetas que una persona se coloca a sí misma, principalmente relacionadas con aspectos físicos, conductuales y emocionales (García-Sánchez et al., 2017). El concepto de sí mismo “está relacionado con el concepto de sí mismo, representa al conjunto de rasgos, características, para definirse como individuos y distinguirse de los demás” (Franco, 2018, p. 7). El autoconcepto afecta el comportamiento porque las personas que se sienten más competentes abordan sus actividades diarias con más determinación y confianza, por lo que un autoconcepto positivo puede desarrollar y mantener actitudes y prácticas saludables a lo largo de la vida, así como proporcionar mayores niveles de satisfacción personal (Esnaola, 2018, pág. 9).

### ¿Qué es el autoconcepto físico?

Una variable fuertemente relacionada con la adaptación de conductas saludables o no saludables es la autoestima. Este aspecto ha recibido especial atención en psicología como mecanismo central de la conducta humana, pero en relación con la salud los resultados iniciales fueron controvertidos, principalmente por la adaptación de un concepto de autoconcepto unidimensional y global, que ahora se considera inadecuado. De hecho, desde mediados de la década de 1970, como menciona Vispoel (2020), las concepciones jerárquicas y multidimensionales del autoconcepto han sido ampliamente adoptadas, con un enfoque particular en las dimensiones social, académica, personal o física.

El autoconcepto físico ha tenido su desarrollo evolutivo, diferenciado en varias áreas, está relacionado con el riesgo de trastornos alimentarios y demuestra sensibilidad para percibir diferencias relacionadas con variables como género, edad, frecuencia y tipo de actividad. Ejercicio o índice de abundancia corporal (Vispoel, 2020). Pero puede haber muchas más variables estrechamente relacionadas con la autoconfianza física, entre ellas un estilo de vida saludable o la salud mental.

Y eso es exactamente de lo que trata este artículo. Aunque casi no hay investigaciones empíricas que respalden esto, la siguiente hipótesis que vincula el estilo de vida y el autoconcepto

físico es razonable, ya que las personas están motivadas para actuar en sitios donde sienten sentimientos positivos de competencia y autoestima. Por otro lado, las personas tienen baja motivación por actividades propias de sitios en las que se consideran menos competentes (Zagalaz, 2019).

### **¿Cuáles son los estilos de vida saludables?**

Una condición de vida saludable se entiende como un modelo de comportamiento respectivamente estable de un individuo o grupo que está íntimamente relacionado con la salud (Esnaola y Madariaga, 2018). Los patrones de comportamiento son patrones habituales de respuesta a diferentes situaciones; fumar y beber, las dietas altas en calorías y ricas, o la inestabilidad de actividad física son algunos modelos de conductas nocivas o peligrosas. Las variables más antiguas a considerar en un estilo de vida saludable son las prácticas de ejercicio, las conductas alimenticias, el consumo de alcohol y tabaco, y la percepción de salud de los sujetos (Balaguer, 2019).

En un artículo precursor seguido de una investigación de Dolcini y Adler (2018) no encontraron una correlación directa entre consumir tóxicos legales (tabaco y alcohol) y la autoestima física. Se utiliza el perfil de autopercepción de los adolescentes de Hart (SPPA), donde se encontraron correlaciones positivas entre la cognición (autoconcepto) durante la competición deportiva y la práctica de ejercicio y la nutrición saludable, y correlaciones negativas con el consumo de alcohol y tabaquismo, mientras que la correlación entre la dimensión apariencia y hábitos de vida saludables fue menos clara. En cualquier caso, estos datos, aunque escasos e inciertos, son esclarecedores de por qué estamos tratando un tema que está completamente abierto a la investigación.

### **¿Por qué es importante implementar el deporte en los juveniles y pre juveniles?**

Según Grao-Cruces (2017), la actividad física tiene una enorme capacidad educativa. Es muy satisfactorio para el desarrollo físico, cerebral, emocional y social de los niños, jóvenes y adultos. Al llegar la adolescencia, los espacios de interacción social y de búsqueda de independencia e identidad debilitarán los referentes adoptados por la familia en la primera infancia.

Según Giner et al. (2020), la actividad física durante la adolescencia es importante porque contribuye a la ganancia de valores y habilidades de esta época y así los jóvenes puedan socializar entre ellos. Se debe fomentar la actividad física en la escuela y el hogar desde edades tempranas. Desempeña un rol importante en el desarrollo del niño y será crucial para vivir la pubertad.

Para Mira et al., (2020), son muchos los beneficios que puede la práctica constante del ejercicio físico:

- Las personas que practican deporte tienen disminución de problemas de salud cuando estén en una edad adulta.
- La actividad física puede ayudarlo a descansar mejor y dormir mejor porque el ejercicio alivia el estrés y promueve la relajación.
- Entrenar la coordinación, resistencia, fuerza muscular y flexibilidad para combatir la obesidad o sobre peso.
- Ayudar psicológicamente a los niños a proveer el valor del trabajo arduo y educarse a pelear por las metas a largo, corto y mediano plazo. Esto les ayuda a ser más estables y disciplinados.
- El ejercicio puede ayudar a lograr la estabilidad emocional.
- Aumento de la autoestima. Mejora el bienestar y optimismo. Su mentalidad es más positiva, lo que le permite afrontar situaciones con una actitud diferente.
- Ayudar a desarrollar la personalidad.

## **Material y métodos**

### **Diseño de investigación**

Este estudio utilizó un diseño transversal no experimental, con enfoque cuantitativo, debido a que se emplean cuestionarios validados y un alcance correlacional por el análisis estadístico que se realizó.

### **Población y muestra**

Se contó con una población de 100 atletas de los cuales se utiliza un muestreo no probabilístico por conveniencia para seleccionar 43 atletas, 23 hombres y 20 mujeres de 10 a 17

años (M=15.3), pertenecientes a la Escuela de Atletismo Corredores del Sur del cantón Paltas, provincia Loja.

## **Instrumentos**

### **Cuestionario de Autoconcepto Físico**

Se ha manejado un cuestionario sobre el efecto de Autoconcepto Físico validado por Moreno y Cervelló, (2017), dicho estudio comprende 6 ítems. Se pidió a los sujetos que respondieran preguntas en una escala de Likert que iban desde poco/casi en desacuerdo (1) hasta muy de acuerdo (5), así como preguntas objetivas y de opción múltiple. El cuestionario incluye seis componentes teóricos: autoconcepto general, corporal, social, emocional, competencia y presencia física.

### **Medida de la Intencionalidad para ser Físicamente Activo (MIFA)**

Es una interpretación apropiada de Hein et al. (2004) llamado "voluntad de ser físicamente activo". Constituye cinco ítems que miden la disposición de los sujetos a participar en actividades físicas después de haber completado varias instituciones educativas. Estos ítems se introducen "Con respecto a su intención de realizar actividad física...". Las respuestas pertenecen a un grado tipo Likert del 1 al 5, donde 1 pertenece a "totalmente en desacuerdo" y 5 pertenece a "totalmente de acuerdo". Debido a nunca ser utilizados en un contexto latinoamericano, las propiedades psicométricas de la escala se presentan en la sección de resultados.

## **Procedimiento**

En un primer momento se envió un consentimiento y asentimiento informado a los padres y atletas, posteriormente se aplicaron los cuestionarios en el mes de junio del 2022 a los sujetos que accedieron participar en el estudio.

## **Análisis estadístico**

Para obtener los resultados del trabajo de investigación se utiliza el estudio estadístico de Pearson, en base a la recopilación, investigación y presentación de numerosos conjuntos de datos para descubrir modelos y tendencias supuestos y finalmente comparar los dos cuestionarios a través de un diagrama de color acerca de las decisiones que se necesitan tomar.

## Resultados

En el marco de este estudio, se asume que es importante la opinión de los jóvenes y jóvenes deportistas sobre el mantenimiento del autoconcepto corporal y la finalidad de la realización de esta actividad física del Cantón Paltas, provincia Loja. Para probar la estructura factorial de la escala, se utiliza el análisis factorial exploratorio, considerado como mecanismo principal, arrojó un valor propio de **3,59** y una varianza explicada total de **65,607%**. Todos se clasificaron en los cinco factores que se muestran en la Tabla 1 denominados "intensionalidad de ser físicamente activo".

**Tabla 1**  
*Estudio factorial del MIFA*

Ítems	Factor
1. Estoy interesado en el desarrollo de mi forma física.	0.834
2. Aparte del entrenamiento físico, me gusta el deporte.	0.907
3. Después de la escuela secundaria, quiero unirme a un club deportivo de gimnasia.	0.698
4. Después de la secundaria quiero entrenar.	0.893
5. Suelo hacer deporte en mi tiempo libre.	0.689
<b>% Varianza</b>	<b>65.607</b>
<b>Autovalor</b>	<b>3.59</b>

**NOTA:** Para un factor, la varianza total explicada es del 65.607 %.

**Análisis factorial confirmatorio:** La evaluación de la calidad del tipo de medición es:  $\chi^2$ ,  $\chi^2/df$ , RMSEA (Root Mean Square Error of Aproximation), RMSR (Root Mean Square Residual) e indicadores incrementales (IFI, CFI y TLI). Estos índices de ajuste se consideraron correctos cuando (NFI, IFI, CFI y TLI) serán superiores a **0,90** y los índices de error (RMSEA y RMSR) inferiores a **0,05** (Hu y Bentler, 1999). Con base en esto se obtuvo lo siguiente:

El valor de  $\chi^2$  (df=5). es de **8,11**, que está por encima del valor aceptable para este estudio, lo que puede explicarse por la gran cantidad de participantes en el estudio. Su chi-cuadrado asociado tiene un valor de **0,992**. En términos métricos de ajuste incremental, el índice de ajuste comparativo (CFI) = **1**; Índice de Tucker-Lewis (TLI) = **1,28**. Error cuadrático medio de

aproximación (RMSEA) = 0 y el Residual cuadrático medio (SRMR) = 0,045 Valor de valor aceptable para el modelo.

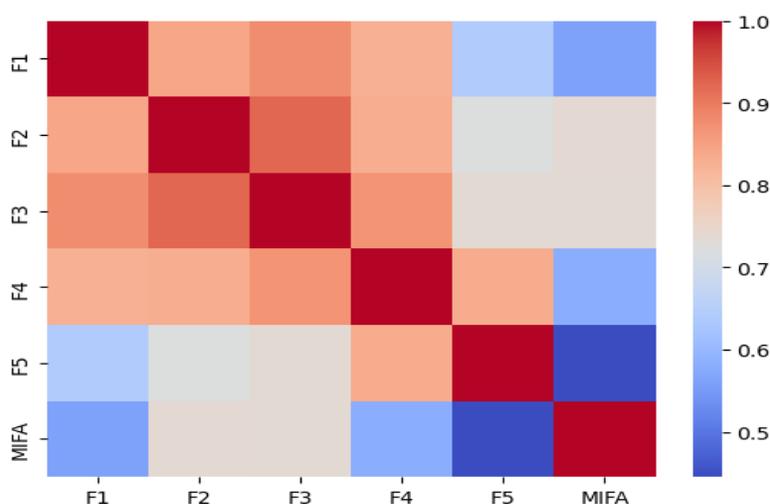
### Correlación de Pearson en un mapa de calor

Esto con la finalidad de identificar las "fuerzas" de correlación. Los colores representados con colores se encuentran en la barra derecha, siendo las más fuertes aquellas que tienen un color azul fuerte o rojo intenso. Las azules son correlaciones negativas y las rojas son correlaciones positivas.

La figura 1 muestra la significancia de la correlación (valor p), la cual es muy importante conocer, ya que, aunque el valor de correlación es muy alto (cerca de 1 o -1) si la significancia es mayor a 0.05 la correlación entre las variables no existe, el valor obtenido puede deberse al azar.

**Figura 1**

*Mapa de color de la correlación de Pearson del MIFA*



**Nota:** F1a F5 corresponden a los subfactores del factor autoconcepto físico.

**Descriptivos y análisis de correlación.** En este espacio se presentan las medias, las desviaciones típicas y las correlaciones entre las percepciones del autoconcepto físico y las intenciones al realizar actividad física. De acuerdo con la Tabla 2 se obtuvieron valores de subfactores de la escala de autoconcepto físico de mayor a menor, como son: capacidad perceptiva, apariencia, condición física, fuerza y autoestima. La voluntad de ser físicamente activo alcanzó **M (media) 3,482** y **DT (desviación típica) 0,170**.

**Tabla 2**

*Datos detallados y análisis de correlación de las subescalas*

Ítems	M	DT	$\alpha$ (Alpha Cronbach)	1	2	3	4	5	6
1. Competencia Percibida	3.014	0.257	0.763	-	0.843***	0.877* **	0.826* **	0.640* **	0.560 ***
2. Apariencia Física	3.08	0.288	0.851	-		0.922* **	0.831* **	0.721* **	0.738 ***
3. Condición Física	2.969	0.213	0.830			-	0.868* **	0.736* **	0.737 ***
4. Fuerza Física	2.745	0.107	0.795				-	0.833* **	0.579 ***
5. Autoestima	2.734	0.449	0.771					-	0.444 **
6. MIFA	3.482	0.170	0.894						-

$p < 0.0001$  ' \*\*\* ' ;  $p < 0.05$  ' \* ' '

De acuerdo a la relación entre los factores del autoconcepto físico y voluntad de realizar actividad física, estos factores se correlacionaron positivamente. Los subfactores condición física y apariencia fueron los más relacionados y significativos, seguidos de fuerza, percepción y autoestima.

### Regresión lineal

Para probar la calidad del porcentaje predictivo de la intención de realizar actividad física basándose del autoconcepto físico, se realizaron análisis de regresión. En general, el autoconcepto físico predijo los propósitos de la actividad física en un **64,6%** de la varianza explicada. En cuanto a los predictores de subfactores, la capacidad percibida emergió como un

predicador importante de la intención de actividad física, seguido por la apariencia, la condición física, fuerza física y la autoestima no predicen predicciones.

**Tabla 3**

*El propósito de ser físicamente activo a través del autoconcepto físico entre la fuerza física y autoestima.*

Variables	B (coef)	SEB	$\beta$	$R^2$
(intercepción)	7.082	1.675		0.646***
1. Competencia Percibida	-0.434	0.197	-0.481*	
2. Apariencia Física	0.486	0.216	0.581*	
3. Condición Física	0.701	0.263	0.806*	
4. Fuerza Física	0.031	0.215	0.036	
5. Autoestima	-0.235	0.146	-0.290	

$p < 0.0001$  '\*\*\*';  $p < 0.05$  '\*'

Para mejorar el rendimiento deportivo, se deben tomar medidas como el establecimiento de objetivos de dificultad moderada y progresiva o la retroalimentación positiva son estrategias útiles. Asimismo, para aumentar la predisposición al ejercicio, se recomienda la posibilidad de un trato diferenciado por género en el aula, priorizando a las mujeres con contenidos relacionados como la confianza y la mejora de la condición física. Así, este trabajo hace contribución al desarrollo del conocimiento sobre las dimensiones variables de la motivación y la autopercepción física que son más importantes para mantenerse físicamente activo, tanto en general como entre géneros. De esta manera, los docentes pueden desarrollar intervenciones más efectivas para promover prácticas regulares de actividad física.

## Discusión

Además de la estructura factorial, los resultados de este trabajo brindan apoyo no experimental. La investigación se fundamenta en categorías, conceptos, variables, eventos, comunidades o contextos que han surgido sin la mediación directa del investigador, es decir, ninguno de los investigadores modificó los ítems de la encuesta. En el trabajo no experimental se observan las sorpresas o eventos tal como ocurren en su medio natural y luego se analizan

(Escamilla, 2019). La validación de un modelo no experimental ajustado a las respuestas del cuestionario infiriendo diferencias entre la actividad física, la resistencia y la autoestima en la explicación del autoconcepto corporal en niños, adolescentes.

Por otra parte, los resultados del análisis de fiabilidad permiten concluir que los coeficientes de regresión lineal para los jóvenes paltenses son fiables, salvo en el autoconcepto general, donde no existe gran diferencia entre los coeficientes obtenidos en el estudio y los de Luis. (2022). Incluso para el cuestionario completo, el alfa obtenido en la ficha técnica del instrumento es ligeramente superior. Uno de los temas importantes en este trabajo es la propuesta de otro modelo que proporciona dos nuevas variables adicionales.

Los intereses de investigación futuros incluyen su relación con la jerarquía del autoconcepto corporal en la que las personas se perciben a sí mismas, globalmente, a medida que construyen diferentes subdominios que se encuentran en un nivel canónico más bajo y más abajo en la jerarquía (subdimensión dentro de la subdimensión). Jerarquía), mientras que el factor 2 se refiere a una autoconciencia general más abstracta y se ubica en el nivel jerárquico más alto (dimensión más alta) del modelo jerárquico). Esta dimensión de segundo orden es un aspecto que debería ser considerado en futuras investigaciones, considerando la relación entre el autoconcepto físico y la satisfacción con la vida y la percepción de la salud (García y Garrido, 2020).

Es importante reconocer que la actividad física no es necesariamente esencial para construir un buen autoconcepto físico y, por lo tanto, no necesariamente mejora al sujeto. Se deben tener en cuenta aspectos como la situación específica del individuo, las particularidades psicológicas o el ejemplo de programa diseñado para las diferentes actividades físicas.

Finalmente, señalar que los resultados muestran claramente que las diferencias en el autoinforme físico están fundamentalmente relacionadas con el género, independientemente del instrumento utilizado. Se recomienda que la investigación futura considere diferentes entornos culturales y geográficos, incluso dentro de un mismo país, debido a las posibles diferencias. Asimismo, los cambios coherentes con el género que se han producido en los últimos años hacen necesario analizar los desarrollos mencionados.

## Conclusiones

En general, las muestras examinadas mostraron una autopercepción general y física positiva. Por lo tanto, la actividad física en la población es fundamental, porque ayuda a tener una autoestima positiva, siendo beneficio en las actividades cotidianas de las personas, evitando contratiempos y problemas de enfermedades psicológicas. “Ya que cuerpo sano, mente sana”

Una construcción equilibrada del autoconcepto es la base para un desarrollo equilibrado de la personalidad del individuo en edad escolar. La actividad física regular, realizada de forma adecuada, es una de las herramientas que facilitan este proceso. Asimismo, la mejora de la condición física se consideró un indicador importante de la salud mental.

## Referencias bibliográficas

- Arellano, R., Mercado, R., Cortés, C., & López, E. (Junio de 2016). Impacto de la capacitación docente en ambientes virtuales de aprendizaje como estrategia catalizadora de inclusión tecnológica en el aula [Impact of teacher training in virtual learning environments as a catalytic strategy for technological inclusion in ]. *TE & ET*(17), 86-94. Recuperado el 19 de Septiembre de 2020, de <https://bit.ly/33ftlhY>
- (OMS), O. M. (5 de 10 de 2022). *ACTIVIDAD FISICA*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
- Aple, M. (2011). Global Crises, Social Justice and Teacher Education [Crisis Global, Justicia Social y Educación Docente]. *Journal of Teacher Education*, 62(2), 222-234. doi:10.1177/0022487110385428
- Asamblea Nacional del Ecuador. (2008). *Constitución del Ecuador [Constitution of Ecuador]*. Quito. Recuperado el 21 de Septiembre de 2020, de <https://bit.ly/32Nrn8e>
- Asamblea Nacional del Ecuador. (2008). *Ley Orgánica de Educación Intercultural [Organic Law of Intercultural Education]*. Quito. Recuperado el 21 de Septiembre de 2020, de <https://bit.ly/2HcbnUL>
- Banco Mundial [BM]. (16 de septiembre de 2020). *Mejores profesores: la asignatura pendiente de Latinoamérica [Best teachers: Latin America's pending issue]*. Obtenido de <https://bit.ly/2RuVaMv>
- Cárdenas, N., García, F., & García, D. (2018). La adaptación curricular frente a la educación inclusiva en la Unidad Académica de Educación, sede Azogues de la Universidad Católica de Cuenca [Curriculum adaptation to inclusive education in the Academic Unit of

Education, Azogues headquarters of the C]. *Memorias del cuarto Congreso Internacional de Ciencias Pedagógicas de Ecuador: La formación y superación del docente: " desafíos para el cambio de la educación en el siglo XXI"*, (págs. 42-52). Recuperado el 28 de Septiembre de 2020, de <https://bit.ly/33bgm0A>

Castro, E. (Julio - diciembre de 2017). Evaluación del desempeño de los docentes de la Facultad del Perú [Performance evaluation of teachers of the Faculty of Engineering of Mines]. *Apuntes de Ciencia & Sociedad*, 7(2), 153-160. doi:<https://doi.org/10.18259/acs.2017020>

Díaz, L., Torruco, U., Martínez, M., & Varela, M. (2013). La entrevista, recurso flexible y dinámico [The interview, flexible and dynamic resource]. *Investigación en educación médica*, 2(7), 162-167. Recuperado el 20 de Julio de 2020, de <https://bit.ly/3cKABp4>

Escamilla, M. D. (2 de septiembre de 2019). *Investigación no experimental*. Obtenido de [https://www.intep.edu.co/Es/Usuarios/Institucional/CIPS/2018\\_1/Documentos/INVESTIGACION\\_NO\\_EXPERIMENTAL.pdf](https://www.intep.edu.co/Es/Usuarios/Institucional/CIPS/2018_1/Documentos/INVESTIGACION_NO_EXPERIMENTAL.pdf)

Eснаоla, I., Goñi, A., & Madariaga, J. M. (2018). *EL AUTOCONCEPTO: PERSPECTIVAS DE INVESTIGACIÓN*. España: Vitoria-Gazteis.

Etxaniz, I. E. (01 de 05 de 2018). *EL AUTOCONCEPTO FÍSICO DURANTE EL CICLO VITAL*. Obtenido de <https://revistas.um.es/analeps/article/view/31631>

Flores, G., & Abelle, V. (sep.-dic. de 2018). La urgente necesidad de la capacitación y profesionalización del docente universitario [The urgent need for training and professionalization of the university teacher]. *Revista Estudios del Desarrollo Social: Cuba y América Latina [online]*, 6(3). Recuperado el 17 de septiembre de 2020, de <https://bit.ly/2Eeh4k4>

Garcia, A. V., & Garrido, R. R. (2020). Autoconcepto físico, percepción de salud y satisfacción vital en una muestra de adolescentes. *Anales de Psicología*, 141-147.

García-Sánchez, A., Burgueño-Menjíbar, R., López-Blanco, D., & Ortega, F. B. (2 de julio-diciembre de 2017). *Condición física, adiposidad y autoconcepto en adolescentes. Estudio piloto*. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=235128058014>

Grao-Cruces, A. (08 de 2017). *Asociación entre condición física y autoconcepto físico en estudiantes españoles de 12-16 años*. Obtenido de <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0120053416300528>

Gutiérrez, M. (2018). Estilos de aprendizaje, estrategias para enseñar. Su relación con el desarrollo emocional y "aprender a aprender" [Learning styles, teaching strategies. Its relation to emotional development and "learning to learn"]. *Tendencias Pedagógicas*(31), 83-96. doi:10.15366/tp2018.31.004

Guzmán, C. (Julio-Diciembre de 2016). What and How to Assess Teacher's Performance? A Proposal Based on the Factors that Support Learning [¿Qué y cómo evaluar el desempeño

docente? Una propuesta basada en los factores que favorecen el aprendizaje]. *Propósitos y Representaciones: Revista de Psicología Educativa*, 4(2), 285-358. doi:<http://dx.doi.org/10.20511/pyr2016.v4n2.124>

Hermann, A. (Julio-Agosto de 2018). Innovación, tecnologías y educación: las narrativas digitales como estrategias didácticas [Innovation, technologies and education: digital narratives as didactic strategies]. *Revista Killkana Sociales*, 2(2), 31-38. doi:[https://doi.org/10.26871/killkana\\_social.v2i2.295](https://doi.org/10.26871/killkana_social.v2i2.295)

Herrera, G., & Horta, D. (Septiembre de 2016). La superación pedagógica y didáctica, necesidad impostergable para los profesores y tutores del proceso de especialización [The pedagogical and educational self-improvement, an imperative need for teachers and advisors under the specialization process]. *Educación Médica Superior*, 30(16), 461-472. Recuperado el 27 de Septiembre de 2020, de <https://bit.ly/3i8qOKw>

Kalena, F. (22 de Abril de 2015). *Dominar conteúdo é base para ensinar competências* [Dominar el contenido es la base para enseñar competencias]. Recuperado el 29 de Septiembre de 2020, de <https://bit.ly/2SbUBaJ>

López, P., & Fachelli, S. (2015). *Metodología de la investigación social cuantitativa: Universidad Autónoma de Barcelona* [Methodology of quantitative social research: Autonomous University of Barcelona]. Barcelona, España. Recuperado el 15 de Julio de 2020, de <https://bit.ly/3ihOiNt>

Machargo, M., & Guillén, L. y. (4 de septiembre de 2019). *ESTUDIOS TRANSVERSALES O DE CORTE*. Obtenido de [http://www.ujaen.es/investiga/tics\\_tfg/estu\\_transversales.html](http://www.ujaen.es/investiga/tics_tfg/estu_transversales.html)

Mantilla, V. (2013). Desafíos en el trabajo docente en la Pontificia Universidad Católica del Ecuador-Sede Ibarra [Challenges in teaching work at the Pontificia Universidad Católica del Ecuador-Sede Ibarra]. En *La Formación y el Trabajo Docente en Ecuador* (págs. 189-201). Quito: Abya-Yala. doi:10.1017/CBO9781107415324.004

Mayoral, M., Morales, J., Baeza, J., Ortiz, L., & Quesada, M. (2019). *TIC's para la docencia y el aprendizaje* [ICTs for teaching and learning]. Valencia: Editorial Electrónica Universidad Miguel Hernández de Elche. Recuperado el 3 de Octubre de 2020, de <https://bit.ly/2EY4xS5>

Mejía, M., Hernández, H., & De la Cerda, C. (Junio de 2017). Capacitación Docente acorde a las Nuevas Necesidades de Formación de los Estudiantes de Ingeniería [Teacher Training according to the New Training Needs of Engineering Students]. *Revista Electrónica ANFEI Digital*(6). Recuperado el 22 de Septiembre de 2020, de <https://bit.ly/32Yobqx>

Ministerio de Educación [MINEDUC]. (17 de Septiembre de 2020). *Desempeño del Docente* [Teacher Performance]. Obtenido de <https://bit.ly/2HCTSNz>

Ministerio de Educación [MINEDUC]. (29 de Septiembre de 2020). *Desempeño del docente* [Teacher Performance]. Obtenido de <https://bit.ly/33ceR26>



- Mira, I. G., Navas, L., Tello, F. P., Llorca, J. A., & Molina, S. R. (07 de 2020). *Barreras para practicar actividad física extraescolar, el autoconcepto físico, las orientaciones de meta y el rendimiento académico en educación física*. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7501130>
- Moreno, J. A., & Cervelló, R. M. (24 de 02 de 2017). *El autoconcepto físico como predictor*. Obtenido de [file:///D:/InnoVausuario/Downloads/710-Texto%20del%20art%C3%ADculo-3186-1-10-20131203%20\(3\).pdf](file:///D:/InnoVausuario/Downloads/710-Texto%20del%20art%C3%ADculo-3186-1-10-20131203%20(3).pdf)
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO]. (17 de septiembre de 2014). *Sentar las bases de un aprendizaje equitativo para todos a lo largo de toda la vida: Estrategia a plazo medio 2014-2021* (Vol. 1). Obtenido de <https://bit.ly/3c92lmO>
- Orozco, A. (2017). *El Impacto de la Capacitación [The Impact of Training]*. México, México: Digital UNID. Recuperado el 23 de Septiembre de 2020, de <https://bit.ly/3mJYm5a>
- Picardo, O., Escobar, J., & Pacheco, R. (2005). *Diccionario Enciclopédico de Ciencias de la Educación [Encyclopedic Dictionary of Educational Sciences]* (1° ed.). San Salvador, El Salvador: Copyright. Recuperado el 17 de Julio de 2020, de <https://bit.ly/2RQcE5V>
- Quicios, B. (2000). *La importancia del deporte en la adolescencia*. Obtenido de <https://www.guiainfantil.com/articulos/adolescencia/la-importancia-del-deporte-en-la-adolescencia/#:~:text=%2D%20El%20deporte%20le%20ayuda%20a,los%20problemas%20con%20otra%20actitud.>
- Ramírez, L., Claudio, C., & Ramírez, V. (Marzo - Junio de 2020). Usabilidad de las TIC en la Enseñanza Secundaria: Investigación-Acción con Docentes y Estudiantes de México [Usability of ICT in Secondary Education: Action Research with Teachers and Students from Mexico]. *Revista Científica Hallazgos21*, 5(1), 85-101. Recuperado el 2 de Octubre de 2020, de <https://bit.ly/33uwR8h>
- Rodríguez, M. (Julio-Diciembre de 2017). Currículum, educación y cultura en la formación docente del siglo xxi desde la complejidad [Currículum, education and culture of the twenty first century teachers based on educational complexity]. *Educación y Humanismo*, 19(33), 425-440. doi:<https://doi.org/10.17081/eduhum.19.33.2654>
- Sánchez, C. (2013). Estructuras de la formación inicial docente Propuesta de un sistema clasificatorio para su análisis [Structures of initial teacher training Proposal of a classification system for its analysis]. *Perfiles Educativos*, 35(142), 128-148. doi:[https://doi.org/10.1016/S0185-2698\(13\)71853-1](https://doi.org/10.1016/S0185-2698(13)71853-1)
- Secretaría Nacional de Planificación y Desarrollo [SENPLADES]. (2013). *Plan Nacional de Desarrollo / Plan Nacional para el Buen Vivir 2013-2017 [National Development Plan / National Plan for Good Living 2013-2017]*. Quito. Recuperado el 17 de Septiembre de 2020, de <https://bit.ly/3hCVZgV>

Tocto, G. (Enero-marzo de 2019). El Desempeño Docente y su Relación con el Desarrollo de Capacidades en Estudiantes de Secundaria [Teacher Performance and its Relationship to the Capacity Development in High School Students]. *Revista de Investigaciones (Puno)-Escuela de Posgrado de la UNA PUNO*, 8(1), 903-914. doi: <http://dx.doi.org/10.26788/riepg.2019.1.112>

Vispoel, W. (15 de febrero de 2020). *Autoconcepto en dominios artísticos: una extensión del modelo de Shavelson, Hubner y Stanton (1976)*. Obtenido de <https://psycnet.apa.org/record/1995-21267-001>

**Conflicto de intereses:**

El autor declara que no existe conflicto de interés posible.

**Financiamiento:**

No existió asistencia financiera de partes externas al presente artículo.

**Agradecimiento:**

N/A

**Nota:**

El artículo no es producto de una publicación anterior.